



جامعة آكلي محند أولحاج البويرة



معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تخصص : التربية وعلم الحركة.
الموضوع:

أهمية تكوين أستاذ التربية البدنية والرياضية في الإسعافات الأولية لتجنب تفاقم الإصابة لدى تلاميذ الطور الثانوي

دراسة ميدانية أجريت على أساتذة التربية البدنية والرياضية بثانويات دائرة سورالغزلان-البويرة-

إشراف الأستاذ:

* بن عبدالرحمان سيدعلي

إعداد الطالب:

✓ حمودي عبدالرحيم

السنة الجامعية: 2018 / 2019

شكر وتقدير

الشكر والحمد لله الواحد الأحد كثيرا طيبا مباركا ولك يا رب علي ما
أنعمت علينا من قوة وصبر الذي وفقنا بقضاء وقدر بإنهاء هذا العمل
المتواضع.

كما نتقدم بالشكر الخالص إلى الأستاذ المشرف "بن عبدالرحمان
ميد علي" الذي أشرف على عملنا هذا وسهل لنا الطريق في نجاز هذا
البحث ، الذي لم يبخل علينا بنصائحه القيمة، حيث وجهنا حين الخطأ
وشجعنا حين الصواب فكان بذلك نعم المشرف ونعم الأستاذ.

ولا ننسى الأستاذ "بعوش خالد" الذي لم يبخل علينا بنصائحه القيمة.
كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى اساتذة الذين وجه لهم الإستبيان وإلى
كل الأساتذة الذين درسونا طيلة مرحلة الدراسة.

ولا ننسى كل من قدم لنا يد المساعدة من الزملاء والأصدقاء من قريب
أو من بعيد

فألفه شكر لكل هؤلاء وجزاهم الله ألف خير.

عبد الرحيم



الإهداء

الحمد لله على نعمة الإسلام .والصلاة والسلام على نبينا ماحي الضلام .
إلى نبع الحنان .إلى أغلى وأعز إنسان
إلى من حملتني وهنا على وهن .إلى من تبكي لأجلي في أصغر المحن
إلى أمي الحبيبة حفظها الرحمن .وإلى بحر الدفء وبر الأمان
إلى الأب الغالي الذي يحترق من أجل ان ينير لي درب الحياة
إلى من ينجز العظيم من أجل أن يعد رجلا أعظم .أطال الله في عمرك وساعدك على
ذكره .وشكره .وحسن عبادته
إلى كل من شموع عائلتي ...إخوتي "زينب وابنها محمد، عقبة، كوثر، ولكتكوته ملاك و
مريم"
إلى الجددين والجديتين أطال الله أعمارهم وكل الأعمام والأخوال وأولادهم والعمات
والخلات وأولادهم
إلى كل من ساعدني في هذا العمل وبالأخص "منال، آسيا، أمينة"
إلى أصدائي وبالأخص "أسامة، محمد أمين، ناصر الدين، زهير ،طلحة، محمد، عبدالحميد"
ومن الواجب أن لا أنسى كل أساتذة المركز الجامعي البويرة
إلى كل من أدركه القلب ولم يدركه القلم
وفقتي الله وكل المسلمين إلى مافيه صلاح للدنيا والدين والسلام.

أخوكم في الله
ومحبكم فيه إن شاء الله
عبدالرحيم .

محتوى البحث

محتوى البحث

الصفحة	الموضوع
أ	- شكر وتقدير
ب	- إهداء
ج	- محتوى البحث
د	- قائمة الجداول
هـ	- قائمة الأشكال
و	- ملخص البحث
ز	- مقدمة
مدخل عام : التعريف بالبحث	
2	1. الإشكالية
2	2. الفرضيات
3	3. أسباب اختيار الموضوع
3	4. أهمية البحث
3	5. أهداف البحث
4	6. الدراسات السابقة
7	7. تحديد المصطلحات والمفاهيم
الجانب النظري	
الفصل الأول :التكوين و أهدافه	
10	- تمهيد
11	1-التكوين
11	1-1- تعريف التكوين
11	1-2-العلاقة بين التعليم و التكوين
12	1-3-مبادئ التكوين
12	1-3-5مراعاة الفروق الفردية
12	1-4-أهمية التكوين

13	1-5- أهداف التكوين
14	1-6- أنواع التكوين
15	1-7- تخطيط التكوين
16	- خلاصة
الفصل الثاني: أستاذ وحصّة التربية البدنية والرياضية	
18	- تمهيد
19	2-1- مفهوم درس التربية البدنية والرياضية
19	2-2- تعريف درس التربية البدنية والرياضية
20	2-3- ماهية وأهمية حصّة التربية والرياضية
20	2-4- أهداف حصّة التربية البدنية والرياضية
22	2-5- الطبيعة التربوية للتربية البدنية والرياضية
22	2-6- أغراض حصّة التربية البدنية و الرياضية
23	2-7- فوائد حصّة التربية البدنية والرياضية
24	2-8- بناء حصّة التربية البدنية والرياضية
24	2-8-1- الجزء التحضيري
25	2-8-2- الجزء الرئيسي
25	2-8-3- الجزء الختامي
26	2-9- تحضير حصّة التربية البدنية والرياضية
26	2-10- الأسس التي يجب مراعاتها عند تحضير حصّة التربية البدنية
26	2-11- شروط حصّة التربية البدنية والرياضية
27	2-12- خطوات تنفيذ حصّة التربية البدنية والرياضية
28	2-13- متطلبات حصّة التربية البدنية والرياضية
29	2-14- استمرارية حصّة التربية البدنية والرياضية
30	2-15- تعريف أستاذ التربية البدنية والرياضية
30	2-16- صفات وخصائص أستاذ التربية البدنية والرياضية
31	2-17- مهنية وشخصية كفايات مهنية
32	2-18- كفايات شخصية

32	19-2 - صفات الأستاذ الناجح
33	20-2 - دور أستاذ التربية البدنية والرياضية في العملية التعليمية
35	21-2 - واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية
36	22-2 - دور الأستاذ في إعداد درس التربية البدنية والرياضية
36	23-2 - مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية في المدرسة الحديثة
37	24-2 - طبيعة عمل أستاذ التربية البدنية والرياضية
38	25-2 - إعداد أستاذ التربية البدنية والرياضية
38	26-2 - الأستاذ وبرنامج التربية البدنية والرياضية
39	27-2 - معلومات الأستاذ عن المادة
39	28-2 - الصعوبات و العراقيل
42	خلاصة
فصل الثالث: الإصابات الرياضية و الإسعافات الأولية	
43	تمهيد
44	3-1- مفهوم الإصابة الرياضية
44	3-1-1- الإصابة الداخلية
44	3-1-2- الإصابة الخارجية
44	3-2- تصنيف الإصابة الرياضية
44	3-2-1- إصابات خفيفة
45	3-2-2- الإصابات المتوسطة
45	3-3-3- الإصابات الشديدة
47	3-4- أسباب حدوث الإصابات
47	3-4-1- لأسباب الداخلية
47	3-4-2- الأسباب الخارجية
48	3-5- تعريف الإسعافات الأولية
48	3-6- المبادئ الأساسية للإسعافات الأولية
49	3-7- الشروط التي يجب ان تتوفر في الأستاذ المسعف
49	3-8- ما يجب الامتناع عن عمله أمام المصاب
49	3-9- الإسعافات الأولية النفسية

50	3-10-الإسعافات الأولية التطبيقية
50	3-10-1 كيفية إسعاف الجروح
50	3-10-2 كيفية إسعاف النزيف
50	3-10-3 كيفية إسعاف ضربة شمس
50	3-10-4 كيفية إسعاف فقدان الوعي و التلميذ يتنفس
50	3-10-5 كيفية إسعاف إصابة فقدان الوعي و التلميذ لا يتنفس مع وجود نبضات القلب
50	3-10-6 كيفية إسعاف إصابة فقدان الوعي مع توقف القلب
51	3-10-7 كيفية إسعاف التشنجات العضلية
51	3-10-8 كيفية الإسعاف الالتواء
51	3-10-9 كيفية إسعاف التمزق العضلي
51	3-10-10 كيفية إسعاف الخلع
51	3-10-11 كيفية إسعاف الكسور
52	3-11-أهمية الإسعافات الأولية
52	3-12-علبة الإسعافات الأولية
53	خلاصة
الفصل الرابع: الفئة العمرية	
55	تمهيد
56	4-1-تعريف المراهقة
56	4-2-طبيعة المراهقة:
58	4-3-أنواع المراهقة
59	4-5- خصائص المراهقة
61	4-6-مشاكل المراهقة
62	4-7- حاجات المراهقة
63	4-8- علاقة وأهمية الممارسة الرياضة عند المراهق
65	4-9- المراهقة وحصاة التربية البدنية والرياضية
65	4-10- علاقة المراهق بأستاذ التربية البدنية و الرياضة
66	خلاصة
الجانب التطبيقي	
الفصل الخامس: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية	
69	تمهيد

70	1-1-الدراسة الاستطلاعية
70	1-2-المنهج العلمي المتبع
70	1-3-متغيرات البحث
71	1-4-مجتمع البحث
71	1-5-عينة البحث و كيفية اختيارها
71	1-6-مجالات البحث
72	1-7-الأدوات المستعملة في البحث
72	1-7-1-الاستبيان
72	1-7-2-أسلوب توزيع الاستبيان
72	1-8-الأسس العلمية للأداة
73	1-9-الوسائل الإحصائية
75	خلاصة
الفصل السادس : عرض وتحليل ومناقشة النتائج	
77	تمهيد
78	1-2-عرض وتحليل نتائج الاستبيان
95	2-2-مقارنة النتائج بالفرضيات الجزئية
98	2-3-مقارنة النتائج بالفرضية العامة
99	-خلاصة
100	- الاستنتاج العام
101	- الخاتمة
102	- توصيات
-	- البيبليوغرافيا
-	- الملاحق

قائمة الجداول والأشكال

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	الرقم
93	جدول رقم (01):يمثل مؤسسات التي تم فيها توزيع الاستبيان	01
94	جدول رقم (02):يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيمة كا ² للسؤال (01)	02
99	جدول رقم (03):يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيمة كا ² للسؤال (03)	03
100	جدول رقم (04):يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيمة كا ² للسؤال (04)	04
102	جدول رقم (05):يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيمة كا ² للسؤال (04)	05
103	جدول رقم (06):يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيمة كا ² للسؤال (06)	06
104	جدول رقم (07):يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيمة كا ² للسؤال (07)	07
105	جدول رقم (08):يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيمة كا ² للسؤال (07)	08
108	جدول رقم (09):يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيمة كا ² للسؤال (08)	09
109	جدول رقم (10):يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيمة كا ² للسؤال (11)	10
110	جدول رقم (11):يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيمة كا ² للسؤال (12)	11
112	جدول رقم (12):يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيمة كا ² للسؤال (14)	12
113	جدول رقم (13):يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيمة كا ² للسؤال (15)	13
114	الجدول رقم (14):الدلالة الإحصائية لعبارات خاصة بإجابات الأساتذة.	14
115	الجدول رقم (15):الدلالة الإحصائية لعبارات خاصة بإجابات الأساتذة.	15
117	الجدول رقم (16):الدلالة الإحصائية لعبارات خاصة بإجابات الأساتذة.	16
119	-الجدول رقم (17) : مقارنة النتائج بالفرضية العامة	18

قائمة الأشكال

الصفحة	العنوان
78	شكل رقم (01): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (01)
79	شكل رقم (02): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (02)
80	شكل رقم (03): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (03)
81	شكل رقم (04): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (04)
82	شكل رقم (05): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (04)
83	شكل رقم (06): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (05)
84	شكل رقم (07): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (06)
85	شكل رقم (08): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (06)
86	شكل رقم (09): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (07)
87	شكل رقم (10): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (08)
88	شكل رقم (11): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (09)
89	شكل رقم (12): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (10)
90	شكل رقم (13): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (11)
91	شكل رقم (14): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (12)
92	شكل رقم (15): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (13)
93	شكل رقم (16): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (14)
94	شكل رقم (17): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (15)

أهمية تكوين أستاذ التربية البدنية والرياضية في الإسعافات الأولية لتجنب تفاقم الإصابات لدى تلاميذ الطور
الثانوي

دراسة ميدانية على بعض ثانويات دائرة سور الغزلان-البويرة-

إعداد الطالب:

حمودي عبدالرحيم

ملخص البحث:

تحت اشراف الاستاذ :

بن عبدالرحمان سيدعلي

لم تعد التربية البدنية والرياضية مجرد عملية ممارسات أنواع مختلفة من الأنشطة الرياضية، وإنما أصبحت تخضع لمؤثرات فنية ونفسية وعقلية وصحية. وتمكن الأستاذ في الحفاظ على أمن وسلامة التلاميذ من شتى أنواع الإصابات وتجنب وتقادي أسباب حدوثها وكيفية التدخل إسعاف الأولي عند حدوثها، وتمثل موضوعنا في أهمية تكوين أستاذ التربية البدنية والرياضية في الإسعافات الأولية لتجنب تفاقم الإصابة لدى تلاميذ الطور الثانوي ، واعتمدنا خلال دراستنا على المنهج الوصفي المسحي الذي يهدف إلى جمع المعلومات وحقائق ووصفها فاستعملنا في الدراسة الاستبتيان الذي يتضمن مجموعة من الأسئلة والتي وزعت على 17 أستاذ في مجموعة من ثانويات دائرة سورالغزلان. أهم ما خرجنا به ونتائج تعدد الأسباب المؤدية إلى وقوع إصابات مختلفة، والنقص الكبير للأساتذة في مجال الإسعافات الأولية، واستعمال أدنى الوسائل والطرق الممكنة لوقاية التلميذ حفاظا على صحته وسلامته من شتى أخطار الإصابات. ولتحقيق ذلك القيام بدورات تكوينية حول الإسعافات الأولية، وتجهيز العيادات الطبية بالوسائل الوقائية لضمان أكبر مشاركة وإقبال التلاميذ على الممارسة الرياضية.

وفي الأخير نأمل أن تجد دراستنا بما فيها من توصيات واستخلاصات أذانا صاغية في سبيل ترقية التربية

البدنية والرياضية، وخدمة الرياضة والعلو بها.

الكلمات الدالة :

التكوين.

التربية الرياضية والبدنية.

الإسعافات الأولية.

الإصابات.

الطور الثانوي (المراهقة)

مقدمه

لقد بدأت الأنشطة البدنية تأخذ مكانتها الطبيعية كأحد أهم الوحدات التعليمية ضمن المنهاج التربوي وفي كافة المراحل التعليمية ، لذلك نجد معظم الدول خاصة المتقدمة منها تعمل على توفير كافة الظروف اللازمة لذلك من عتاد وهياكل رياضية إضافة إلى تكوين أساتذة مختصين في هذا المجال ، وتعتبر المرحلة الثانوية أهم مرحلة مدرسية باعتبارها تتصادف مع فترة المراهقة التي تتميز بخصوصياتها إذ تشكل هذه المرحلة نقطة انعطاف هامة في حياة الفرد وهي التي ستحدد بدرجة كبيرة طبيعة شخصيته فيما بعد لذلك فإنه وجب الاهتمام بالتلميذ خلال هذه المرحلة . يوجه أستاذ التربية البدنية والرياضية التلاميذ نحو القيام ببعض النشاطات مما يسمح بالوصول إلى جملة من الأهداف ، التي لا يمكن تحقيقها إلا إذا كان التلميذ على استعداد كامل لبذل أقصى طاقاته من أجل إنجاز ذلك النشاط وعلى النحو المطلوب منه، وهنا يجب الإشارة إلى أن التلميذ يتجه خلال هذه الفترة إلى القيام بالأنشطة البدنية التنافسية التي يغلب عليها طابع الاندفاع البدني الكبير مما يجعله عرضة للإصابات الرياضية .

لذلك وجب على أستاذ المادة أن يعمل على الحفاظ على امن وسلامة التلميذ من مختلف أسباب الداخلية والخارجية التي تؤدي بالتالي إلى الوقوع في إصابة ،وتكوين أستاذ في إسعافات الأولية و تدخله عند حدوث الإصابة بتقديمه للإسعافات اللازمة بمختلف الوسائل والأجهزة الممكنة والمتوفرة ومعرفة الأستاذ للإسعافات الأولية هامة جدا في تدريس التربية البدنية والرياضية.

فتطرقنا إلى معالجة هذا الموضوع رفق منهجية علمية، مقسمين هذه الدراسة إلى شطرين "نظري" و "تطبيقي"، حيث يضم الجانب النظري أربعة فصول، الفصل الأول تطرقنا فيه إلى التكوين وأهميته وأهدافه وعلاقته بالتعليم أما الفصل الثاني فتطرقنا إلى مفهوم حصة التربية البدنية و الرياضية و أهميتها و أستاذ التربية البدنية و الرياضية وواجباته و الفصل الثالث تطرقنا إلى الإصابات الرياضية وأنواعها وأسباب حدوثها و الإسعافات الأولية ومبادئها و الفصل الرابع فتطرقنا إلى الفئة العمرية.

أما الجانب التطبيقي والذي يضم فصلين، قد بينا في الفصل الخامس نوعية الدراسة التي قمنا بها والتي كانت عبارة عن أسئلة موجهة للأستاذ والذي يعتبر المحرك الأساسي للعملية التربوية، أما في الفصل السادس فقد تطرقنا إلى عرض وتحليل النتائج المحصل عليها من الإجابات على الأسئلة الموجهة للأستاذ، وبعد توصلنا إلى النتائج قمنا بوضع بعض الاقتراحات و التوصيات تدعم الاهتمام بالإسعافات الأولية في حصة التربية البدنية و الرياضية في الثانويات.

مخزل عام :

التعريف بالبحث

1-الإشكالية:

تعرف التربية البدنية و الرياضية على نظام تربوي عميق الاندماج بالنظام التربوي العام وتخضع لنفس الغايات والأهداف التي تسعى التربية العامة لبلوغها وتحقيقها.

فأولت لها وزارة التربية الوطنية اهتماما بإعداد وتسطير برامج و مناهج مدروسة في جميع المراحل التعليمية، كما قامت بإدراجها كمادة أساسية وحب تدرسيها من طرف أستاذ مختص واعي بأبعادها في المرحلة الثانوية و المتوسطة وبالطبع سوف يتعرض التلاميذ إلى إصابات أوجروحات حتى تشنجات جراء التمارين و الألعاب لذلك هل يجب على الأساتذة معرفة الإسعافات الأولية في حصة التربية البدنية والرياضية وانطلاقا من هذه الخلفية النظرية نطرح التساؤل العام التالي :

ما هي أهمية معرفة الإسعافات الأولية في حصة التربية البدنية والرياضية ؟

إن الإجابة على هذا التساؤل تتوقف أساسا على الإجابة على التساؤلات الفرعية التالية :

- هل تلقى الأستاذ تكوين في الإسعافات الأولية ؟

- هل يعرف الأستاذ أسباب الإصابات ؟

- ماذا يفعل الأستاذ عند إصابة التلميذ ؟

2-الفرضيات:

2-1-الفرضية العامة:

وجاءت فرضية بحثنا كالتالي:

هناك نقص في تكوين أساتذة التربية البدنية والرياضية في مجال الإسعافات الأولية من اجل مواجهة الإصابات وأسباب حدوثها وكيفية إسعافها.

2-2-الفرضيات الجزئية:

الفرضية الجزئية الأولى: ثقافة أستاذ التربية البدنية والرياضية محدودة بالإصابات الرياضية وأسبابها.

الفرضية الجزئية الثانية: محتوى التكوين أستاذ التربية البدنية والرياضية حول الإسعافات الأولية غير كافي.

الفرضية الجزئية الثالثة: يملك أستاذ التربية البدنية والرياضية الوعي الكافي بمبادئ الإسعافات الأولية وكيفية التعامل معها.

3- أسباب اختيار الموضوع :

تكمّن أسباب اختيار هذه الدراسة فيما يلي :

3-1- أسباب ذاتية :

رغبنا في معرفة تلقى أستاذ التربية البدنية والرياضية تكويننا في مجال الإسعافات الأولية وأهمية هذا التكوين في حصص التربية البدنية والرياضية عند حدوث الإصابات لدى التلاميذ.

3-2- أسباب موضوعية:

إبراز أهمية تكوين أساتذة التربية البدنية والرياضية في الإسعافات الأولية والدور الأساسي الذي يلعبه في التدخل عند حدوث الإصابات لدى التلاميذ في حصص التربية البدنية والرياضية .

4- أهداف البحث :

-كما يهدف بحثنا إلى :

-التعريف بالتربية البدنية والرياضية ومراحل ووجبات درس التربية البدنية والرياضية وأهميتها في الثانوية.

-تحديد الإصابات وتصنيفها خلال درس تربية البدنية والرياضية وأسباب حدوثها.

-كيفية تقديم الإسعافات عند حدوث إصابة رياضية.

5- أهمية البحث :

أما أهمية بحثنا فهي تكمن في كونه يهتم بالجانب الصحي للتلميذ وذلك بمعرفة أنواع الإصابات وأسباب حدوثها، والإسعافات الأولية التي يجب أن تقدم للتقليل من حدة خطورتها. وعدم تأثيرها على التلميذ سواء من الجانب الصحي أو الدراسي، ومنع حدوث أي مضاعفات خطيرة للتلميذ وإزالة الضرر عنه قدر المستطاع لحين وصوله إلى المستشفى لتلقي العلاج المناسب، منع تفاقم الأعراض التي تصيب التلميذ وإيقاف تطورها مثل حالات النزيف أو الكسور الصعبة مثل كسور العمود الفقري، أو دخول المصاب في غيبوبة نتيجة هبوط السكر في الدم مثلاً، ومعرفة مستوى التكوين أساتذة التربية البدنية والرياضية في الإسعافات الأولية.

6-الدراسات المرتبطة بالبحث:

إن الدراسات السابقة مصدر اهتمام لكل باحث مهما كان تخصصه، فكل بحث هو عبارة عن تكملة لبحوث أخرى وتمهيدا لبحوث قادمة لذلك يجب القيام أولا بتصفح أهم ما جاء في الكتب ومختلف المصادر، والاطلاع على الدراسات السابقة يكتسي أهمية كبيرة، فهي تفيد في نواحي النقص وتفيد الباحث في تحديد أبعاد المشكلة التي يبحث عنها، ومن الدراسات التي لها علاقة بموضوعنا نجد

6-2- الدراسة الأولى(01):

مذكرة لنيل شهادة الليسانس في مجال علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بمعهد زيان عاشور - الجلفة - . من إعداد الطلبة: عمر اوي اسامة ساعد- علان عبدالحميد- بن شريف سي خالد .

بعنوان : أهمية معرفة الإسعافات الأولية في حصة التربية البدنية والرياضية للأستاذة تعليم ثانوي، دراسة ميدانية أجريت على بعض ثانويات الجلفة، من خلال هذه الدراسة حاول الباحث الإجابة على الأسئلة التالية

6-2-1-مشكلة البحث :

- من خلال هذه الدراسة حاول الباحث الإجابة على المشكلة أو التساؤل التالي "مامدى معرفة أستاذ التربية البدنية والرياضية بالإسعافات الأولية ؟

6-2-1-1-كما تدرج تحت هذا التساؤل العام التساؤلات الفرعية التالية :

- مامدى تدخل الأستاذ عند حدوث إصابة ؟
- هل تلقى تكويننا في مساره التكويني ؟
- كيف يتجنب التلميذ الإصابة ؟

6-2-3الفرضيات :

6-2-3-1الفرضيات الجزئية :

- الفرضية 01 : عدم معرفة الإصابات التي تحدث خلال درس التربية البدنية
- الفرضية 02 : عدم التعرف على أسباب حدوث هذه الإصابات في حصة التربية البدنية والرياضية.
- الفرضية 03: عدم تلقي الأستاذة تكويننا كافيا للإسعافات الأولية خلال فترة تكوينه وإعداده.

6-2-4- المنهج المتبع :

المنهج المتبع في هذه الدراسة هو المنهج الوصفي لأنه تصور دقيق للعلاقات المتبادلة بين المجتمع والاتجاهات والميول والرغبات والتصور بحيث يعطي صورة للواقع الحياتي ووضع مؤشرات وبناء تنبؤات مستقبلية لذلك اختار الباحث المنهج الوصفي استجابة لطبيعة الدراسة .

6-2-5- الأدوات المستعملة :

أما الأدوات المستعملة لاختيار صحة فرضياته فهي طريقة الاستبيان الذي يحتوي على (21) سؤال موجه إلى أساتذة التربية البدنية والرياضية عبر ثانويات بلدية الجلفة

6-2-6- أهم النتائج التي توصل إليها الباحث :

من خلال جميع المعطيات توصل الباحث إلى خلاصة انه يجب أن يتلقى أساتذة التربية البدنية والرياضية توكونا في الإسعافات الأولية وذلك لأهميته الكبيرة لتقليل من تفاقم الإصابة لدى التلاميذ .

التعليق على الدراسات السابقة :

من خلال ما قمنا به من قراءات لنتائج الدراسات المرتبطة بموضوع الدراسة " أهمية تكوين أستاذ التربية البدنية والرياضية في الإسعافات الأولية لتجنب تفاقم الإصابة لدى تلاميذ الثانوي"، قد تبين أن المنهج المستخدم في الدراسة هو المنهج الوصفي، كما أن الاستبيان هو المستخدم في جمع البيانات، في ما يخص دراستنا هذه، فقد استفدنا من هذه الدراسة في اختيار المنهج المستخدم و الوسائل والأدوات المستخدمة في جمع البيانات كالأستبيان، وأيضا معرفة مختلف العراقيل التي واجها الباحثون .

خلاصة القول فانه من خلال الدراسة السابقة تمكنا من الاستفادة من تلك البحث والدراسة، حيث أنها شكلت إطارا نظريا لموضوع الدراسة الحالية، كما تم الاستفادة من الإجراءات المستخدمة في تلك البحث من حيث :

-تحديد فصول الجانب النظري.

-ضبط متغيرات موضوع الدراسة.

-تحديد المنهج المتبع (المستخدم).

-كيفية اختيار العينة.

-الأدوات المستخدمة في الدراسة.

-الأسلوب الإحصائي المستخدم.

نقد الدراسة:

إن الجديد الذي جاءت به دراستنا هو التطرق إلى أهمية تكوين أستاذ التربية البدنية والرياضية في مجال الإسعافات الأولية، لأننا لم نجد دراسة أي دراسة سابقة حول هذا الموضوع لذا حاولنا دراسة هذا الموضوع للكشف عن أهمية التكوين للأساتذة في مجال الإسعافات الأولية لحد من تفاقم الإصابات لدى التلاميذ عند حدوث إصابات خلال حصة التربية البدنية والرياضية.

التعريف بالمصطلحات:**تعريف حصة التربية البدنية والرياضية اصطلاحاً:**

تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل: علوم الطبيعية و الكيمياء و اللغة، ولكنها تختلف عن هذه المواد لكونها تمتد أيضا الكثير من المعارف و المعلومات التي تغطي الجوانب الصحية والنفسية و الاجتماعية، بالإضافة إلى المعلومات التي تغطي الجوانب المعرفية لتكوين جسم الإنسان، وذلك باستخدام الأنشطة البدنية مثل التمرينات والألعاب المختلفة: الجماعية والفردية، والتي تتم تحت الإشراف التربوي للأساتذة الذين أعدوا لهذا الغرض.¹

التعريف الاجرائي :**التربية البدنية و الرياضية :**

هي تلك العملية التربوية التي ترمي إلى تكوين الفرد تكوينا متكاملًا من الناحية الحسية الحركية والاجتماعية العاطفية و المعرفية.

تعريف أستاذ التربية البدنية والرياضية اصطلاحاً:

يعتبر أستاذ التربية البدنية والرياضية أو المربي الرياضي صاحب الدور الرئيسي في عمليات التعليم والتعلم، حيث يقع على عاتقه اختبار أوجه النشاط المناسب للتلاميذ في الحصة وخارجه بحيث يستطيع من خلالها تحقيق الأهداف التعليمية والتربوية وترجمتها وتطبيقها على أرض الواقع.²

التعريف الاجرائي:**الأستاذ :**

يعتبر الأستاذ محورا أساسيا في العملية التعليمية وهو مالك المعرفة ينظمها ويقدمها للتلميذ , وهو الذي يختار الأدوات و الوسائل و يصدر أحكاما و مقاييس من أعمال التلميذ.

الإسعافات الأولية:

تعريف الإسعافات الأولية الإسعافات الأولية هي الرعاية والعناية الأولية والفورية والمؤقتة التي يتلقاها الإنسان نتيجة التعرض المفاجئ لحالة صحية طارئة أدت إلى النزيف أو الجروح أو الكسور أو الإغماء.

الإصابة:

هي تعرض أنسجة الجسم المختلفة لمؤثرات خارجية تؤدي إلى إحداث تغيرات تشريحية و فسيولوجية مما يعطل عمل أو وظيفة ذلك النسيج.

المراهقة:

هي المرحلة التي تنقل الفرد من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد والبلوغ، وتحدث في هذه المرحلة مجموعة من التغيرات الجسدية والنفسية، ويمكن جعل هذه التغيرات بتغيرات جسمانية ونفسية وعقلية واجتماعية، كما أنّ هذه المرحلة تغير الطفل إلى امرأة والطفل إلى رجل.

¹حسن شلتوت، حسن معوض : التنظيم والإدارة في التربية، دار الفكر العربي، الماهرة، ص 102
²أكرم زكي خطيبية، المناهج المعاصرة في التربية الرياضية، دار الفكر للنشر و التوزيع، عمان، 1997، ص 173-174

الجانب النظري

الفصل الأول

تمهيد

عرفت المجتمعات القبلية التكوين المهني منذ القديم، حيث كان آنذاك يقتصر على تدريب أفرادها على حرفة معينة و التي كانت الغاية منها الحفاظ على بقاء القبيلة و استمرار حياتها، و في القرون الوسطى أصبح التكوين يقوم به المعلمون في مختلف الحرف والمهن حيث يقدمون نوعا من التعليم لصبيان الحرف، فكان التكوين يسير بطرق ارتجالية ولم تكن له أهداف واضحة و محددة.

ولكن في الوقت الحالي زاد الاهتمام بموضوع التكوين و خاصة في السنوات الأخيرة بالدول المصنعة نتيجة التغير التكنولوجي و تطور المهارات المطلوبة في تقنيات الإنتاج، أما في الدول النامية فأهمية التكوين في تزايد نتيجة الرغبة في التصنيع السريع والانتقال من اقتصاد فلاحي متخلف إلى اقتصاد صناعي متطور خلال مدة زمنية محدودة و ما يتطلب ذلك من يد عاملة مؤهلة، قادرة على استيعاب التقنيات المتطورة.

1- التكوين:

1-1- تعريف التكوين :

- يعرف التكوين على أنه "هو النشاط المستمر لتزويد الفرد بالمهارات والخبرات والاتجاهات التي تجعله صالحا لمزاولة عمل ما.

- هناك أيضا تعريف آخر يرى بأن التكوين هو "عمل مخطط يتكون من مجموعة من برامج مصممة من أجل تعليم الموارد البشرية كيف تؤدي أعمالها الحالية بمستوى عالي من الكفاءة، من خلال تطوير وتحسين أدائهم.

- ومنه نستطيع القول بأن التكوين عملية إلحاق العمال بدورة تكوينية داخل وخارج المؤسسة بغرض زيادة معارفهم ومعلوما تم، يترتب عليها تحسين قدراتهم ومهاراتهم وتغيير اتجاهاتهم وسلوكهم من أجل الارتقاء بأدائهم بغية تحقيق أهدافهم وأهداف مؤسستهم .

1-2 العلاقة بين التعليم و التكوين :

تتركز عملية التكوين حول محورين أساسيين هما :

- تزويد الأفراد بالمعلومات.

- محاولة تغيير سلوك الأفراد.

و يحقق التكوين أهدافه من خلال ظاهرة التعليم التي تعرف بأنها " عملية تنمية ثقافية للفرد لا تحتاج لوجود هدف وظيفي محدد، و من خلالها تتم تنمية القدرات الفكرية التطبيقية بشكل عام¹.

ويعرف باس (BASS) و فوهان (VAUGHAN) التعليم بأنه: "التغيير الدائم في السلوك و الذي يحدث كنتيجة للممارسة أو التجارب السابقة"²

ويهدف التعليم أو التعلم الذي يطبق عادة على الدراسة التي يتلقاها الفرد في المدارس و الجامعات إلى تزويد الفرد بحصيلة معينة من العلم والمعرفة في إطار ومجال معين، فهو يهتم بالمعارف كوسيلة لتأهيل الفرد للدخول في الحياة العملية، ولذلك فهو يركز على الموضوع وليس على الفرد، بينما يهدف التكوين إلى تغيير سلوكهم واتجاهاتهم في المؤسسة أو علاقاتهم في العمل، حيث أن محور العملية التكوينية هو الفرد نفسه وليس موضوع التدريب³

لذلك فإن أسلوب التدريب أهم من موضوع التدريب في حد ذات⁴

التعليم و التكوين نشاطين مكملين لبعضهما .

وتؤدي مراعاة مبادئ التعليم إلى تحقيق الفعالية للبرنامج التكويني باعتبار أن التكوين هو محاولة للتأثير في اتجاهات المتكويين عن طريق تعليمهم قيما و مبادئ جديدة و إضافة خبرات نافعة لهم يتم التصرف على أساسها في المستقبل¹.

¹ - احمد الباشا، أسس التدريب، دار النهضة الحديثة، القاهرة، 1978، ص11

² - عمر سالم الزروق، برامج العلمية التدريبية، منشورات المعهد القومي للإدارة، طرابلس، 1989، ص8

³ - محمد عبد الفتاح باغي، التدريب الإداري بين النظرية و التطبيق ، جامعة الملك سعود، الرياض، 1983، ص8

⁴ - عبد الكريم درويش، نظرة الى التدريب في اطاره الصحيح، مجلة الإدارة ، العدد الرابع، القاهرة، 01 أبريل 1972، ص43

¹ - زكي محمود هاشم، إدارة الموارد البشرية، مرجع سابق ، ص285

1-3- مبادئ التكوين :

ومن المبادئ الهامة للتكوين التي يجب مراعاتها عند تخطيط البرنامج التكويني ما يلي :

1-3-1 التكرار والمران : التكرار يساعد على تعلم أداء أي عمل، أما مقدار التكرار فيتوقف على طبيعة المهارة

المراد تعلمها وعلى شخصية المتعلم وعلى الطرق المستخدمة في التكوين .

1-3-2 الإرشاد والتوجيه : الإرشاد يساعد المتعلم على سرعة التعلم ودقته فالتكوين المقترن بإرشاد أفضل بكثير

من التكوين بدون، إرشاد المتعلم إلى الرق الصواب فيه اقتصاد للوقت والجهد، حيث يتعلم الاستجابات الصحيحة من .

أول محاولة بدلا من تعلم الحركات الخاطئة، ثم يبذل بعد ذلك جهدا في إزالة العادات الحركية الخاطئة ثم يتعلم بعد ذلك العادات الصحيحة .

1-3-3 الدافع والحافز : كلما كان الدافع قويا لدى المتكون كلما ساعد ذلك على سرعة التعلم واكتساب المعرفة

والمهارات الجديدة، فلكي تتحقق الفاعلية للمتكون يجب أن يرتبط التكوين بحاجة حقيقية له يرغب في إشباعها، مثل تحسين مستوى الأداء أو الترقية أو زيادة مستوى الدخل

كما تتوقف فاعلية برامج التكوين على وجود نظام سليم للحوافز لحث العاملين على الإقبال على التكوين بجدية ويرتبط بنظام التكوين نظام الثواب والعقاب وبالتالي فإن نجاح المتكون في البرنامج يؤدي إلى مكافأته أما تقصيره فيعرضه للعقاب المادي أو المعنوي .

1-3-4 الطريقة الكلية و الجزئية في التعلم : الطريقة الكلية هي التي تقضي أن يتعلم المتعلم أداء العمل كله دفعة

واحدة، أما الطريقة الجزئية فهي التي تقضي بتقسيم المادة إلى وحدات جزئية ثم حفظها أو تعلمها على مراحل متتالية، فكلما تعقد العمل وكان مركبا كلما كان من الأفضل تعلمه على مراحل حسب أجزائه، أما إذا كان العمل بسيطا أو يتكون من جزئيات قليلة أو يصعب فصل جزئياته عن بعضها، فمن المفيد أن يعطي مرة واحدة حتى تكون الصورة واضحة متكاملة .

1-3-5 مراعاة الفروق الفردية : ن الاختلافات بين الأفراد من حيث الذكاء والقدرات والطموح والاتجاهات لها أثر

كبير على التدريب، ومن ثم فهذه الفروق يجب مراعاتها عند تخطيط برامج التدريب وتحديد الطرق المناسبة لإيصال المعلومات للأفراد².

1-4- أهمية التكوين:

تبرز أهمية التكوين للفرد في المؤسسة في العديد من العناصر من أهمها ما يلي :

- يعمل التكوين على تنمية مهارات الأفراد وقدراتهم ويساهم في بناء الكفاءات .
- يساعد على تكيف الأفراد العاملين مع متغيرات العمل.
- تحسين الكفاءة الإنتاجية للأفراد .
- توفير العناصر المكونة لأداء الوظائف المطلوبة وفي التخصص الذي تشترطه موصفات الأداء.

²- صلاح الشنواني، إدارة الأفراد و العلاقات الإنسانية، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية، 1987، ص153.

- يساعد في تجديد المعلومات وتحديثها بما يتوافق مع المتغيرات البيئية المختلفة.
- يعتبر التكوين وسيلة تساعد العامل على تحقيق بعض أهدافه كالحوافز والترقية في العمل.
- يؤدي التكوين إلى ترشيد القرارات الإدارية وتطوير أساليب وأسس ومهارات القيادة الإدارية.¹

1-5-1- أهداف التكوين :

1-5-1-1- الأهداف الإدارية :

- ويعني هذا النوع من الأهداف لخدمة الإدارة بكافة مستوياتها بحيث تعمل بكفاءة أعلى. وفيما يلي الأهداف الإدارية التي يجب أن يحققها أي برنامج تكويني بصفة عامة .
- تخفيف العبء على المشرفين لأن المشرف يحتاج إلى وقت أقل في تصحيح أخطاء العاملين الذين تم تدريبهم أو تكوينهم مقارنة مع غير المكونين، كما أنه لا يحتاج إلى الملاحظة الدائمة إلى هؤلاء العاملين المكونين، وذلك ثقة في قدراتهم ومهارتهم التي اكتسبوها عن طريق التكوين.²
- تحقيق المرونة و الاستقرار في التنظيم : يقصد بالمرونة مواجهة التغيرات المتوقعة في المدى القصير، سواء تعلق الأمر بأنماط السلوك الوظيفي أو المهارات اللازمة لأداء الأعمال، أما الاستقرار فيقصد به قدرة التنظيم على توفير المهارات اللازمة لشغل الوظائف الأعلى بصفة مستمرة، ويصعب تحقيق ذلك دون أن تكون هناك سياسة واضحة للتكوين وبرامج معدة على أسس علمية.
- مساعدة الإدارة في اكتشاف الكفاءات لتحقيق مبدأ الرجل المناسب في المكان المناسب .
- تسهيل عملية الاتصال سواء كان من أعلى مستوى إداري إلى أسفله أو العكس، وإبلاغ العاملين بكافة المعلومات التي تتعلق بأهداف المؤسسة وسياساتها ومراحل تنفيذ الأعمال حتى يقوموا بأعمالهم في ضوء هذه الأهداف والمعلومات.³

1-5-2- الأهداف الفنية :

- ويتعلق هذا النوع من الأهداف بكافة النواحي الفنية في المؤسسة لضمان سلامتها سواء كان ذلك بالنسبة للآلات والمعدات التي تستخدمها، أو بالنسبة للأفراد العاملين فيها، أو بالنسبة للمنتج .
- ومن أهم هذه الأهداف نجد :

- 1-5-2-1- تخفيض تكاليف صيانة الآلات وإصلاحها: تساعد برامج التكوين على تخفيض تكاليف الصيانة وإصلاح الآلات لأن تكوين العامل على طريقة الإنتاج المثلي تساعده على تقليل الأخطاء التي يمكن أن يقع فيها نتيجة جهله بطريقة وأسلوب العمل على الآلة .

- 1-5-2-2- تخفيض حوادث العمل : فأغلب الحوادث يكون سببها عدم كفاءة الأفراد فالتكوين يؤدي إلى تخفيض معدل تكرار الحادث، نتيجة فهم العامل لطبيعة العمل وسير حركة الآلات، إذ أن التكوين يعتبر صمام أمان يحيط العمل بحماية تعليمية وقواعد علمية وإرشادات عملية .

¹ - الربيع بوعريوة، مرجع سابق، ص27.

² - عبد الرحمان عبد الباقي عمر، مرجع سابق، ص206.

³ - محمد عثمان حمدي مصطفى المعاذ، المدخل الحديث في إدارة الأفراد ، دار النهضة العربية، القاهرة، 1990، ص224

1-5-2-3-التقليل من نسبة العادم أو التالف :يساهم التكوين في التقليل من نسبة العوادم والمواد التالفة، لأن العامل المكوّن يكون أقدر على استخدام المواد بالكمية والكيفية المطلوبتين .

1-5-2-4- يساهم في معالجة مشاكل العمل : إذ يساهم التكوين في معالجة مشاكل العمل في المؤسسة، مثل حالات التغيب أو دوران العمل أو كثرة الشكاوي والتظلمات .

فالتكوين قد يؤدي إلى تغيير نظرة الفرد العامل وتحسين شعوره كما لمؤسسة بالشكل الذي يجعله أكثر ارتباطا بها، وأكثر إيمانا بسلوكها وسياستها و أهدافها ¹.

1-5-3-الأهداف الاقتصادية والاجتماعية :

إن تحقيق هذه الأهداف يؤدي إلى النهوض بالنواحي الاقتصادية للمؤسسة عن طريق تنمية القدرات الاقتصادية وتعظيم الربح في المؤسسة وضمان البقاء في السوق، وكذلك النهوض بالمستوى الاجتماعي للعاملين بما يتيح التكوين من فرص أفضل للكسب أمام العاملين، وشعورهم بالأهمية و المكانة في المؤسسة .

ويمكن صياغة هذه الأهداف في عدة نقاط رئيسية كالاتي :

زيادة الكفاية الإنتاجية حيث تنعكس زيادة مهارة الفرد والنتيجة عن التكوين على ارتفاع الإنتاج، وانخفاض التكاليف، وهذا يعني زيادة الكفاية الإنتاجية.

1-6-أنواع التكوين :

هناك العديد من أنواع التكوين الموجهة للموظفين في المؤسسة، وما عليها سوى تحديد أو اختيار النوع المناسب حسب طبيعة نشاطها وفئة الموظفين المستهدفين (موظفين جدد، موظفين قدامى، عمال تنفيذيين، عمال تحكم , إطارات , تقنيين , إداريين).

1-6-1التكوين من حيث الزمان:

وينقسم إلى نوعين:

1-6-1-1تكوين قبل الخدمة : وهذا يكون قبل دخول الفرد للعمل خاصة في مراكز التكوين.

1-6-1-2تكوين أثناء الخدمة : وهذا التكوين يكون بعد أن يلتحق الفرد بالعمل.

1-6-2-التكوين من حيث المكان:

وينقسم إلى نوعين :

-تكوين داخل المؤسسة .

-تكوين خارج المؤسسة .

¹ - منصور احمد منصور،تخطيط القوى العاملة بين النظرية و التطبيق، وكالة المطبوعات الكويت.

1-6-3- التكوين من حيث الهدف:

-التكوين لتجديد المعلومات : وهذا نتيجة للتغيرات والتطورات التكنولوجية

-تكوين المهارات: ويقصد به زيادة قدرة التدريب على أداء عمال معينة, ورفع كفاءته المهنية خاصة أثناء الترقية.

1-6-4- التكوين السلوكي : وهذا بهدف تنمية الاتجاهات الحسنة وتغيير العادات غير جيدة كسوء المعاملات أو استغلال السلطة والتفرقة في المعاملة .¹

1-7- تخطيط التكوين:

إن التخطيط للتكوين يأخذ ثلاث مراحل أساسية هي :

1-7-1-مرحلة دراسة وتحليل الوضع الراهن: هذه المرحلة مهمة جدا لتحديد نقطة انطلاق البرنامج التكويني يعد معرفة المستوى المهني أو الإداري أو التعليمي للمؤسسة والأفراد المراد تكوينهم .

1-7-2- مرحلة دراسة وتحليل الإمكانيات : هي مرحلة تتم فيها دراسة وتحليل الإمكانيات المادية والطبيعية والبشرية وتحديد حجم احتياجات التكوينية عند تحديد البرامج والجدول الزمني للتنفيذ .

1-7-3 مرحلة تعيين واختيار الجهاز التكويني: سواء كان داخل المؤسسة أو من خارجها واختيار الجهاز التكويني يتم وفق معايير تحددها الدراسات الأولية للوصف الوظيفي أو المهني للمتكونين .

كل هذه المراحل الثلاث تشكل الدراسات الأولية التي تجريها المؤسسة أو الأشخاص الموكل لهم عملية التخطيط للبرنامج التكويني في هذا الصدد يقول: «وليم تريسي» " إن الخطوات الأولى في تصميم نظام تكوين وتطوير متكامل لمنظمة ما هي إلا تحديد الاحتياجات الحالية للتكوين والتطوير بشكل دقيق وتحديد متطلبات التكوين المستقبلية"².

¹ - محود بوقطف، التكوين أثناء الخدمة و دوره في تحسين أداء الموظفين بالمؤسسات الجامعية دراسة ميدانية بجامعة عباس لغرور -خنشلة- ماجستير ، غير منشورة، جامعة محمد خيضر، بسكرة، 2013-2014، ص35.

² - منصور احمد منصور ، تخطيط القوى العاملة بين النظرية و التطبيق، وكالة المطبوعات ، الكويت،ص220.

خلاصة:

تشير جميع الدلائل إلى الاهتمام الكبير بالتكوين وإلى الحاجة إلى متخصصين في القيام به، ذلك أن التكوين في مجال الصناعة الحديثة ضرورة أساسية لبناء كفاءة الأفراد وتطويراً لقدراتها إلى مراكز وظيفية تعيد الفرد من ناحية والمشروع من ناحية أخرى .

هذا وتعد وظيفة التكوين من أهم مقومات بناء جهاز لإدارة الأفراد والعلاقات الإنسانية في المشروع الحديث . التكوين هام وضروري لبناء قوة بشرية منتجة وعلى الرغم من أن مشروع قد وضع خطة العمل ويوفر كل الوسائل لتنفيذها، فإن إغفال عملية تكوين العاملين ضمن الخطة قد يكون أكثر المسببات لإثبات عجز الخطة عن القدرة لتحقيق الأهداف الموجودة، ومنه نستخلص مدى أهمية التكوين لدى الأفراد الذي يسعى إلى تحقيق عدد من الفوائد منها زيادة الإنتاجية، رفع معنويات الأفراد، تخفيض حوادث العمل ويتم هذا سواء قبل الخدمة أو أثناء الخدمة ومنه تعتمد المؤسسات الجزائرية اليوم على هذه الطريقة التي أصبحت تحظى بأهمية كبيرة مقارنة مع السنوات السابقة إذا نلاحظ تقطن بعض المسؤولين إلى مدى أهمية العنصر البشري المدرب والمؤهل في العملية الإنتاجية، وبالتالي تقول أن المؤسسة التي تملك أكثر الكفاءات والأطر المؤهلة هي التي تعرف مستوى إنتاجي كبير أو كفاية إنتاجية، وهذا دون الاستغناء عن التطورات التكنولوجية ونذكر منها الآلات الحديثة، والوسائل الإنتاجية الحديثة .

إذا ما يمكن أن نستخلصه كنتيجة من عملية التكوين في رفعه لإنتاجية المؤسسات وأداء الأفراد أن التكوين والتطور لا يقتصران على إعطاء المعلومات بل يجب أن يقترن بالممارسة الفعلية بأساليب الأداء الجديد . ومما لا شك أن النجاح في تحقيق أهداف التكوين يعود على المنظمة (المؤسسة) بالفائدة، حيث يتخذ سلوك الأفراد مسارا يحقق الأهداف العامة حيث تضمن المنظمة اتفاق سلوك الأفراد مع الاتجاهات السليمة المؤدية إلى ارتفاع مستويات الأداء لذلك فإن الهدف الأساسي الذي يسعى إليه إدارة الأفراد أن يؤدي التكوين إلى زيادة .

الفصل الثاني

تمهيد:

تعتبر حصة التربية و الرياضية الهيكل الرئيسي لتحقيق البناء المتكامل لمنهاج التربية البدنية و الرياضية الموزع خلال العام الدراسي إلى وحدات صغيرة تنتهي بتحقيق أهداف المنهاج ككل، و تنفيذ حصص التربية البدنية و الرياضية يعتبر أحد واجبات الأستاذ.

إن لكل حصة أغراضها التربوية كما لها من أغراض بدنية، مهارية ومعرفية، إذ يميزها عن غيرها من الدروس في الوحدة التعليمية، كما أنها الوحدة الصغيرة في المنهاج الدراسي للتربية البدنية و الرياضية في الخطة الشاملة في منهاج التربية البدنية و الرياضية للمؤسسة التربوية، و هي تسعى إلى تحقيق الأهداف التربوية التعليمية البالغة الأهمية، هذا ما يلزمنا على الاعتناء و التفكير بجدية في مضمون الحصة.

وتحتاج التربية البدنية والرياضية بشدة إلى قيادة مؤهلة هي أساس لتحقيق الكثير من إمكانيات التربية البدنية والرياضية، ولذا فليعلم مري اليوم أن عليه عبء ثقل يختلف عما كان عليه في الماضي، فهو لم يعد مجرد حافظ معلومات، أو ناقل ثقافة، أو معلم للمهارات الأساسية فحسب وإنما هو فوق ذلك يجب أن يكون مرنا في تفكيره قادرا على أن يتقبل الأفكار الجديدة ويوقمها، وأن يكيف نفسه واتجاهاته في ضوء مافهمه عن المجتمع الذي يعيش فيه، وبصفة أدق يجب عليه أن يتحلى بالسمات الشخصية اللازمة والكافية، والتي عن طريقها مجتمعة يتحصل على الكفاءة في التدريس، سواء كان اكتساب هذه السمات نتيجة للمؤهلات الدراسية التي يتحصل عليها في تخصصه أو نتيجة الخبرة العلمية الناتجة عن الممارسة الفنية التطبيقية، وعليه يجب أن نرفع الصوت عليا للمسؤولين على هذا المجال ونقول لهم أن هذا النوع من القيادة غير متوفرة بالقدر الكاف في الوقت الحاضر، لذا يجب وضع المستويات التي لا تسمح إلا للأفراد المؤهلين ليصبحوا أعضاء في هذه المهنة التي تعتبر اليوم من أهم المجالات في تربية الأجيال كما يجب مواجهة هذه العقبة إذا ما أريد للتربية البدنية والرياضية أن تصبح مهنة محترمة يمكن أن تؤمن الجماهير وتكون محل ثقتهم.

وسنحاول في هذا البحث إلمام على أهم العناصر المتمثلة في تقديم مفهوم حصة التربية البدنية و الرياضية، أهداف حصة التربية البدنية و الرياضية و أغراضها و الدور الذي يلعبه أستاذ التربية البدنية و الرياضية بالنسبة للمراهق.

2-1- مفهوم حصة التربية البدنية والرياضية:

هو الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية الرياضية، فالخطة الشاملة لمناهج التربية الرياضية بالمدرسة تشمل كل أوجه النشاط التي يريد المدرس أن يمارسها تلاميذ هذه المدرسة وأن يكتسبوا المهارات التي تنظمها هذه الأنشطة بالإضافة إلى ما يصاحب ذلك من مصاعب مباشرة وغير مباشرة.

وبما أن المنهاج المباشر العام لا يمكن القيام بتدريسه وإكساب التلاميذ كل المهارات المتعددة التي يتضمنها دفعة واحدة لذلك لجأ المختصون إلى تقسيم هذا المنهاج العام إلى مناهج متعددة كل سنة دراسية، وهي الأخرى جزأت إلى أقسام صغرى أي إلى مراحل يمكن تنفيذ كل مرحلة (دورة) في شهر مثلا، ثم قسمت هذه الخطة (الدورة) الشهرية إلى أجزاء أصغر حتى وصلنا إلى وحدة التدريس أو وحدة اكتساب المهارات الحركية وما يصاحبها من تعليم مباشر وغير مباشر، وهذه الوحدة هي حصة التربية البدنية والرياضية، والحصة بهذا المعنى هو حيز زاوية في كل مناهج التربية البدنية والرياضية به هي الخطة الأولى والهامة و لو أردنا أن نجني الفائدة الموجودة من المناهج كلها.

لذا وجب أن ندرس حصة التربية البدنية والرياضية إجمالاً و تفصيلاً و أن نلم بكل ما يمكن من معلومات عن هذا الحيز الأساسي في بناء مناهج التربية البدنية والرياضية¹.

2-2 تعريف حصة التربية البدنية والرياضية:

تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل: علوم الطبيعية و الكيمياء و اللغة، ولكنها تختلف عن هذه المواد لكونها تمد أيضا الكثير من المعارف و المعلومات التي تغطي الجوانب الصحية والنفسية و الاجتماعية، بالإضافة إلى المعلومات التي تغطي الجوانب المعرفية لتكوين جسم الإنسان، وذلك باستخدام الأنشطة البدنية مثل التمرينات والألعاب المختلفة: الجماعية والفردية، والتي تتم تحت الإشراف التربوي للأساتذة الذين أعدوا لهذا الغرض.

وحصة التربية البدنية والرياضية هي الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية الرياضية، فالخطة الشاملة لمنهاج التربية البدنية والرياضية في المدرسة تشمل كل أوجه النشاط التي يريد الأستاذ أن يمارسها التلاميذ في هذه المدرسة، وأن يكتسبوا المهارات التي تتضمنها هذه الأنشطة، بالإضافة إلى ما يصاحب ذلك من تعليم مباشر. من خلال هذين التعريفين نستنتج أن حصة التربية البدنية والرياضية هي الوحدة الأولى برنامج التربية البدنية والرياضية في مختلف المدارس التعليمية والتي من خلالها يتسنى للأستاذ تعليم وتطوير مستوى الجانب الحركي والمهاري لمختلف الفعاليات الرياضية، وذلك في حدود أساليب وطرق تعليمية من تمرينات وألعاب بسيطة².

¹محمود عوض ببيوني وآخرون: نظريات وطرق تدريس التربية البدنية، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1992، ص94

²حسن شلتوت، حسن معوض: التنظيم والإدارة في التربية، دار الفكر العربي، القاهرة، ص102

2-3 ماهية وأهمية حصة التربية والرياضية:

لحصة التربية البدنية والرياضية أهمية خاصة تجعلها تختلف عن باقي الحصص الأخرى تتضح من خلال تعاريف بعض العلماء نجد من بينهم "محمد عوض البسيوني" والذي يقول: تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل العلوم الطبيعية والكمياء واللغة، و لكن تختلف عن هذه المواد تمد للتلاميذ ليس فقط مهارات و خبرات حركية و لكنها تمد الكثير من المعارف والمعلومات بتكوين الجسم، و ذلك باستخدام الأنشطة الحركية مثل التمرينات والألعاب المختلفة (جماعية أو فردية)، التي تتم تحت الإشراف التربوي من مربين أعدوا لهذا الغرض³.

ويحدد "أحمد خاطر" أهمية حصة التربية البدنية والرياضية في اكتساب التلاميذ القدرات الحركية وينطلقون بكل قواهم لتحقيق حياة أفضل و مستقبل أكثر حظا من غيرهم⁴.

أما حصة التربية البدنية والرياضية تتجلى عند "كمال عبد الحميد" أن حصة التربية البدنية والرياضية في المنهاج المدرسي هي توفير العديد من الخبرات التي تعمل على تحقيق المطالب في المجتمع، فيما يتعلق بهذا البعد ومن الضروري تقويم التكيف البدني و المهاري و تطور المعلومات والفهم⁵.....

ويستخلص الباحث بأن حصة التربية البدنية و الرياضية تطمح من خلا كل تطبيقاتها أن تكون الفرد المتكامل من جميع النواحي والقضاء على جميع النقائص عند الفرد من خلال مراحل الثلاث.

2-4- أهداف حصة التربية البدنية والرياضية:

تسعى حصة التربية البدنية والرياضية إلى تحقيق ولو جزء من الأهداف التعليمية والتربوية مثل الارتقاء بالكفاءة الوظيفية لأجهزة الداخلية للمتعلم وكذا إكسابه المهارات الحركية وأساليب السلوكيات السوية، وتتمثل أهداف الحصة فيما يلي:

2-4-1- أهداف تعليمية:

إن الهدف التعليمي العام لحصة التربية البدنية والرياضية هو رفع القدرة الجسمانية للتلاميذ بوجه عام وذلك بتحقيق الأهداف الجزئية التالية:

-تنمية الصفات البدنية مثل: القوة، التحمل، السرعة، الرشاقة و المرونة.

-تنمية المهارات الأساسية مثل: الجري، الوثب، الرمي، التسلق و المشي.

-تدريس و إكساب التلاميذ معارف نظرية رياضية، صحية و جمالية⁶.

³ محمد عوض البسيوني، فيصل ياسين الشاطي: نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر،

1992، ص09

⁴ أحمد خاطر : المياس في المجال الرياضي، بغداد، 1988، ص18

⁵ كمال عبد الحميد: ممدمة التمويم في التربية البدنية، الماهرة، 1994، ص177

-والتي يتطلب إنجازها سلوكاً معيناً و أداءً خاصاً، وذلك تظهر القدرات العقلية للتفكير والتصرف، فعند تطبيق خطة في الهجوم والدفاع في لعبة من الألعاب يعتبر موقفاً يحتاج إلى تصرف سليم و الذي يعبر عن نشاط عقلي إزاء الموقف.

2-4-2 أهداف تربوية:

إن حصة التربية البدنية و الرياضية لا تغط مساحة زمنية فقط، ولكنها تحقق الأهداف التربوية التي رسمتها السياسات التعليمية في مجال النمو البدني والصحي للتلاميذ على المستويات وهي كالاتي⁷:

2-4-2-1- التربية الاجتماعية و الأخلاقية:

إن الهدف الذي تكتسبه التربية البدنية في صقل الصفات الخلقية، والتكيف الاجتماعي يقترن مباشرة مما سبقه من أهداف في العملية التربوية، و بما أن حصة التربية البدنية و الرياضية حافلة بالمواقف التي تتجسد فيها الصفات الخلقية وكان من اللازم أن تعطي كلامها صيغة أكثر دلالة، ففي الألعاب الجماعية يظهر التعاون، التعاون، التضحية، إنكار الذات، الشجاعة والرغبة في تحقيق إنجازات عالية

حيث يسعى كل عنصر في الفريق أن يكمل عمل صديقه وهذا قصد تحقيق الفوز، وبالتالي يمكن لأستاذ التربية البدنية أن يحقق أهداف الحصة⁸.

2-4-2-2- التربية لحب العمل:

حصة التربية البدنية و الرياضية تعود التلميذ على الكفاح في سبيل تخطي المصاعب و تحمل المشاق، وخير دليل على ذلك هو تحطيم الأرقام القياسية، الذي يمثل تغلباً على الذات وعلى المعوقات و العراقيل. وهذه الصفات تهيأ التلميذ إلى تحمل مصاعب الحياة في مستقبله. و تمثل المساعدة التي يقوم بها التلميذ في حصة التربية البدنية والرياضية كأعداد الملعب و حمل الأدوات وترتيبها عملاً جسمانياً يربي عنده عادة احترام العمل وتقدير قيمته.

2-4-2-3- التربية الجمالية:

إن حصة التربية البدنية والرياضية تساهم في تطوير الإحساس بالجمال، فالحركة الرياضية تشتمل على العناصر الجمالية بصورة واضحة، من انسياب ورشاقة وقوة وتوافق. و تتم هذه التربية الجمالية عن طريق تعليقات الأستاذ القصيرة، كأن يقول هذه الحركة جميلة، أو جميلة بنوع خاص.

وتشمل التربية الجمالية أيضاً على تحقيق نظافة المكان والأدوات والملابس في حصة التربية البدنية

⁶ ناهد محمود سعد، نبلي رمزي فهمي: طرق التدريس في التربية البدنية، 1968، ص 64

⁷ محمد عوض بسبوني وآخرون، مرجع سابق، ص 94

⁸ عدنان درويش وآخرون: التربية الرياضية المدرسية، ط 3، دار الفكر العربي، الماهرة، 1994، ص 30

والرياضية حتى ينمو الإحساس بالجمال الحركي⁹.

2-5- الطبيعة التربوية للتربية البدنية والرياضية:

إن حصة التربية البدنية والرياضية لها نفس التربية وهذا من خلال وجود التلاميذ في جماعة، فإن عملية التفاهم بينهم تتم في إطار القيم والمبادئ للروح الرياضية، تكسبهم الكثير من الصفات التربوية بحيث تقوم على تنمية الصفات الأخلاقية كالطاعة والشعور بالصدقة و المثابرة و المواظبة، وتدخل صفات الشجاعة و القدرة في اتخاذ القرار عند عملية تأدية الحركة و الواجبات مثل: القفز في الماء والمصارعة، حيث كل من هذه الصفات لها دور كبير في تنمية الشخصية للتلميذ¹⁰.

2-6- أغراض حصة التربية البدنية و الرياضية:

إن لحصة التربية البدنية والرياضية أغراض عديدة تنعكس على العملية التربوية في المجال المدرسي أولاً، ثم على المجتمع كله ثانياً. وقد وضع الكثير من الباحثين والمفكرين هذه الأغراض الخاصة بحصة التربية البدنية والرياضية فحدد كل من "عباس صالح السمراي و بسطويسي أحمد بسطويسي" أهم هذه الأغراض فيما يلي:

الصفات الحركية، النمو البدني، الصفات الأخلاقية الحميدة، الإعداد للدفاع عن الوطن، الصحة و التعود على العادات الصحية السليمة، النمو العقلي، التكيف الاجتماعي¹¹.

ومن جهة أخرى أشارت "عنايات حمد أحمد فرج" إلى ما يلي: وينبثق عن أهداف التربية البدنية و الرياضية عدة أغراض التي تسعى حصة التربية البدنية والرياضية إلى تحقيقها مثل: الارتقاء بالكفاءة الوظيفية لأجهزة الجسم والصفات البدنية واكتساب المهارات الحركية والقدرات الرياضية واكتساب المعارف الرياضية والصحية وتكوين الاتجاهات القومية الوطنية وأساليب السلوك السوية¹².

ويمكن تلخيص أهم أغراض حصة التربية البدنية و الرياضية كالاتي:

2-6-1- تنمية الصفات البدنية:

يرى "عباس أحمد السمراي و بسطويسي أحمد بسطويسي" أن أهم أغراض حصة التربية البدنية والرياضية : تنمية الصفات البدنية الأساسية كالقوة العضلية والسرعة، التحمل، الرشاقة والمرونة، و تقع أهمية هذه الصفات والعناصر و تنميتها في المجال الرياضة المدرسية.

⁹ناهد محمود سعد،نيلي رمزي فهمي،مرجع سابق،ص67-68

¹⁰محمد عوض البسيوني،فيصل ياسين الشاطي:مرجع سابق، ص95

¹¹عباس أحمد السمراي، بسطويسي أحمد بسطويسي، مرجع سابق،ص73

¹²عنايات محمد أحمد فرج :مناهج وطرق تدريس التربية البدنية،دار الفكر العربي،الماهرة، 1988، ص11

ليس من واقع علاقتها بتعلم المهارات والفعاليات الرياضية المختلفة الموجودة في المنهاج المدرسي، بل تتعدى هذه الأهمية لحاجة التلميذ إليها في المجتمع¹³.

وتقول "عنايات محمد أحمد فرج" الغرض الأول الذي تسعى حصة التربية البدنية والرياضية إلى تحقيقه هو تنمية الصفات البدنية، ويقصد بالصفات البدنية، الصفات الوظيفية لأجهزة الجسم و ترتبط ارتباطا وثيقا بالسمات النفسية و الإرادية للفرد.

وعن مميزات النمو العقلية لهذه المرحلة العمرية (15-18 سنة) يقول "محمد حسن علاوي" ما يلي: تتضح القدرات العقلية المختلفة و تظهر الفروق الفردية في القدرات، و تنكشف استعداداتهم الفنية والثقافية والاهتمام بالمتفوق الرياضي واتضح المهارات البدنية¹⁴.

2-6-2- تنمية المهارات الحركية:

يعتبر النمو الحركي من الأغراض الرئيسية لحصة التربية البدنية والرياضية، ويقصد بالنمو الحركي تنمية المهارات الحركية عند المتعلم، والمهارات الحركية تنقسم إلى مهارات حركية طبيعية وفطرية التي يزاولها الفرد تحت الظروف العادية، مثل: العدو، المشي، القفز...

أما المهارات الرياضية فهي الألعاب و الفعاليات المختلفة التي تؤدي تحت إشراف الأستاذ، ولها تقنيات خاصة بها، و يمكن للمهارات الحركية الأساسية أن ترتقي إلى مهارات حركية رياضية.

وترى "عنايات محمد أحمد فرج" في هذا الموضوع ما يلي: ويتأسس تعليم المهارات الحركية على التنمية الشاملة للصفات البدنية¹⁵.

2-6-3- النمو العقلي:

إن عملية النمو معقدة و يقصد بها التغيرات الوظيفية والجسمية والسيكولوجية التي تحدث للكائن البشري، وهي عملية نضج القدرات العقلية، ويلعب أستاذ التربية البدنية والرياضية دورا إيجابيا وفعالا في هذا النمو عامة، والنمو العقلي بصورة خاصة.

2-7- فوائد حصة التربية البدنية والرياضية:

لقد تحددت فوائد وواجبات حصة التربية البدنية والرياضية في النقاط التالية:
-المساعدة في الاحتفاظ بالصحة والبناء البدني السليم لقوام التلاميذ.

¹³عباس أحمد السمراي، بسطويسي أحمد بسطويسي، مرجع سابق، ص74
¹⁴محمد حسن علاوي: علم النفس التربوي، ط2، دار المعارف، القاهرة، 1992، ص21
¹⁵محمد عوض البسيوني وآخرون، مرجع سابق، ص96

-المساعدة على تكامل المهارات و الخبرات الحركية و وضع القواعد الصحية و لكيفية ممارستها داخل وخارج المؤسسة مثل: القفز، الرمي، الوثب.

-المساعدة على تطوير الصفات البدنية مثل: القوة، السرعة، المرونة،...إلخ.

-التحكم في القوام في حالتي السكون و الحركة¹⁶.

-اكتساب المعلومات والحقائق والمعارف على الأسس الحركية، والبدنية و أحوالها الفسيولوجية والبيولوجية والبيوميكانيكية.

-تدعيم الصفات المعنوية والسمات الإرادية والسلوك اللائق.

-التعود على الممارسة المنظمة للأنشطة الرياضية.

-تنمية الاتجاهات الإيجابية نحو الممارسة النشاط الرياضي من خلال الأنشطة الرياضية.

ومم سابق ذكره يتبين لنا أن التربية البدنية تؤدي وظيفتها القائمة على أسس علمية قادرة على إعطاء تفسيرات واضحة كماهيتها وأهميتها ودورها داخل المنظومة التربوية.

2-8- بناء حصة التربية البدنية والرياضية:

حصة التربية البدنية أو خطة العمل هي مجموعة من التمارين المختارة والمرتبة حسب قواعد موضوعة ذات أغراض معنية لها، و تنقسم إلى ثلاثة أجزاء: الجزء التحضيري، الجزء الرئيسي، الجزء الختامي.

2-8-1- الجزء التحضيري:

في هذا القسم يتبع الأستاذ ثلاث قبل الدخول بالتلاميذ إلى القسم الرئيسي، فالمرحلة الأولى هي مرحلة إعداد التلاميذ تربويا، إذ يتخللها تطبيق النظام كتبديل الملابس الدخول في الصف حسب تسلسله، الدخول إلى الملعب. والمرحلة الثانية هي مرحلة الإحماء، و تشمل أجهزة الجسم المختلفة استعدادا للنشاط المبرمج للوقاية من الإصابات المفاجئ، وعليه وجب التدرج في العمل، أما المرحلة الثالثة فهي الدخول في المرحلة الرئيسية.

في حالة استخدام تدريبات الإعداد البدني في الجزء التحضيري للحصة يراعي ما يلي:

-أن تعمل على تحسين الصفات البدنية لدلى التلاميذ.

-أن تؤدي على هيئة منافسات بين التلاميذ.

-أن يكون هناك تقويم ذاتي بين التلاميذ في بعض التدريبات.

-أن تتضمن المكونات البدنية التالية: السرعة، التوافق، الدقة، التوازن.

¹⁶محمد عوض البسيوني وآخرون ، مرجع سابق ،ص111.112

- أن تؤدي باستعمال بعض الأدوات، وأن تؤدي و التلاميذ في حالة انتشار حر في الملعب، وليس على هيئة تشكيلات.

-يفضل عدم استخدام النداء أثناء أداء التلاميذ التدريبات البدنية.

2-8-2- الجزء الرئيسي :

في هذا الجزء يحاول الأستاذ تحقيق جميع الأهداف التي تم تحديدها مسبقاً، و لا توجد قاعدة عامة لبناء هذا الجزء من الحصة حتى تطبق على جميع الحصص، و لا يوجد ترتيب معين للأغراض والأهداف، فمثلاً تنمية القدرات العقلية وتعليم تكنيك رياضي، أو توصيل تحصيل المعلومات والمساهمة في تكوين الشخصية، كما يشتمل هذا الجزء على قسمين:

2-8-2-1-النشاط التطبيقي:

ويقصد به نقل الحقائق والمفاهيم و الشواهد بالاستخدام الواعي للواقع العملي، ويتم ذلك في

الألعاب الفردية كألعاب القوى والألعاب الجماعية ككرة القدم، وهو يتميز بروح التنافس بين مجموعات التلاميذ والفرق حسب الظروف.

يجب على الأستاذ مراعاة كيفية تطبيق التلاميذ للمهارات المكتسبة حديثاً والتدخل في الوقت المناسب عند حدوث أي خطأ ويصاحب هذا النشاط إتباع القواعد القانونية لكل لعبة، كما يتطلب الجانب الترويحي والحرص على شعور التلاميذ بالمتعة. وهذا بالإضافة إلى إتباع قواعد الأمن و السلامة.

2-8-2-3-الجزء الختامي:

يهدف هذا القسم إلى تهيئة أجهزة الجسم الداخلية، وإعادتها بقدر الإمكان إلى ما كانت عليه سابقاً، ويتضمن هذا الجسم التمرينات التهيئية بأنواعها المختلفة، كتمرينات التنفس والاسترخاء وبعض الألعاب الترويحية ذات الطابع الهادئ، وقبل انصراف التلاميذ يقوم الأستاذ بإجراء تقويم النتائج التربوية، ويشير إلى الجوانب الايجابية والسلبية والأخطاء التي حدثت أثناء الحصة وختام الحصة يكون شعاراً للفصل، أو نصيحة ختامية.

كما أخذت الدراسات الحديثة بعين الاعتبار الساعة التي تلي حصة التربية البدنية و الرياضية. إذا كانت تتطلب من التلميذ التركيز والانتباه، فيجب التهئة و الاسترخاء.

أما إذا كانت في نهاية الدوام المدرسي فيمكن تصعيد الجهد عن طريق ألعاب سريعة تثير وتشد انتباه التلميذ¹⁷.

¹⁷ مروان عبد المجيد إبراهيم: الإدارة والتنظيم في التربية الرياضية، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، 2000، ص203

2-9- تحضير حصة التربية البدنية والرياضية:

يتطلب ذلك أن يكون الأستاذ متمكناً من مادته مخلصاً في بذل الجهود، ديمقراطياً في تعليمه ومعاملته، ولكي يكون التحضير ناجحاً من الناحية التربوية و النظامية يجب مراعاة ما يلي:

-إشراك التلاميذ في وضع البرنامج فهذه العملية الديمقراطية فيها تدريب لشخصية التلميذ، فهي تشعره بأن هذا البرنامج برنامج، وأنه لم يفرض عليه بل اشترك في وضعه، فيكون تفاعله معه قوياً، فيقل بذلك انصرافه عن النشاط الموضوع إلى نشاط آخر، أو بمعنى آخر الخروج عن النظام الموضوعي.

-أن تكون أوجه النشاط ملائمة لمواصفات ومميزات أطوار النمو وتتطور للمرحلة التي وضع لها البرنامج، فيراعي ميولهم ورغباتهم وقدراتهم، و هذا يجعل التلاميذ يرون هدفاً يتمشى مع ما يحبونه فيقبلون على النشاط بروح عالية.

-إدخال أوجه النشاط التي تحتوي على المنافسة، حيث يؤدي ذلك إلى جعل الموقف التربوي مشحوناً بالانفعال، مما يضمن عدم انصراف التلاميذ من الحصة.

-أن يكون في الحصة أوجه نشاط كافية لكل تلميذ خلال الفترة المخصصة لها.

2-10- الأسس التي يجب مراعاتها عند تحضير حصة التربية البدنية:

-يجب تحديد الهدف التعليمي والتربوي لكل حصة.

-تقسيم المادة وتحديد طريقة التدريس التي سوف تتبع.

-تحديد التكوين والنواحي التنظيمية.

-مراعاة عدد التكرارات التمارين وفترة الراحة.

-تحضير الأدوات عند بداية الحصة، فمثلاً عند تعليم تقنية الجري ومحاولة تبديل الأماكن في الصفوف.

-يجب على الأستاذ أن يقوم بتخطيط الملعب حتى يمكن الوصول إلى الديناميكية الجيدة في الأداء.

-الاهتمام بالنقاط التعليمية المرتبطة بالحركة.

-يجب الفصل بين التلاميذ ذوي المستويات الجيدة والتلاميذ ذوي ضعاف المستوى.

2-11- شروط حصة التربية البدنية والرياضية¹⁸:

يجب أن تتماشى حصة التربية البدنية و الرياضية مع الظروف التي تملئها طبيعة الجو من جهة، وعامل الجنس والسن من جهة أخرى، ولا يمكن إهمال دور الأجهزة و الأدوات المتوفرة، لذا يجب أن تخضع للشروط التالية:

-يجب أن تحتوي تمارين متنوعة تخدم حاجة الجسم في النمو والقوة.

¹⁸فايز مهندس: التربية الرياضية الحديثة، دار الملايين، دمشق، 1987، ص 124

- أن يتكرر أداء التمرين الواحد في الحصة عدة مرات وذلك من أجل الوصول إلى الهدف من وضع التمرين من ناحية، و يسهل حفظه وأدائه من ناحية أخرى، و يجب الأخذ بعين الاعتبار عدم الإطالة في التمرين حتى لا يصبح مملا.

- إذا كانت بعض حركات التمرين تخدم جهة واحدة من الجسم، عندها يجب تدريب الناحية الأخرى كتدريب أولي، وبصورة خاصة تمرينات الجذع، فمثلا إذا أعطى تمرين فني في الجذع في الجانب الأيسر يجب إعادته في الجانب الأيمن، و ذلك خوفا من إحداث تشوهات في الجسم.

- يجب أن تتوافق الحصة مع الزمن المخصص لها كي يصل الأستاذ إلى الغاية المرجوة وأن لا يضطر إلى حذف بعض التمرينات أو الإسراع في البعض الآخر.

تعويد التلاميذ على الاعتياء بالأدوات والأجهزة وترتيبها، و يجب أن يسير العمل في النظام والطاعة والمرح.

- إن لشخصية الأستاذ وحماسه للعمل أثر كبير على إقبال التلاميذ والوصول للغاية المرجوة من النشاط.

- يجب الأخذ بعين الاعتبار فارق السن والاختلاف الجنسي بين التلاميذ وانتقاء التمرين المناسب.

2-12- خطوات تنفيذ حصة التربية البدنية والرياضية:

تبدأ أولى خطوات تنفيذ حصة التربية البدنية والرياضية عند مقابلة الأستاذ للتلاميذ في القسم مرة أخرى عقب تأديتهم للنشاط البدني والرياضي المخصص في الحصة، و يكون التسلسل الطبيعي لخطوات تنفيذ الحصة وعادة تكون كما يلي:

- مقابلة الأستاذ للتلاميذ.

- خلع الملابس واستبدالها بملابس التربية الرياضية أو تخفيفها.

- الذهاب إلى المكان المخصص لحصة.

- الاصطفاف لأخذ الغياب، والاصطفاف في النهاية لأداء النشاط الختامي.

- تنفيذ أوجه نشاط الحصة.

- الذهاب على مكان الاغتسال واستبدال الملابس.

2-13- متطلبات حصة التربية البدنية والرياضية:

هناك متطلبات أساسية يجب على أستاذ التربية البدنية والرياضية مراعاتها عند تنفيذ الحصة وتتمثل فيما يلي:

- يجب على الأستاذ الصعود إلى القسم لمقابلة التلاميذ ثم النزول بهم إلى المكان المخصص لحصة التربية البدنية والرياضية، وبساعده في ذلك مسؤول القسم من التلاميذ.

- أن يسود الهدوء والنظام أثناء توجه التلاميذ من القسم إلى المكان المخصص للحصة.
- يجب أخذ غياب التلاميذ عند الاصطفاف أمام الأستاذ على أن يتم ذلك بسرعة، ودقة حتى يمكن الانتفاع من كل دقيقة من وقت الحصة.
- يجب تنفيذ أجزاء الحصة طبقا للنظام الموضوع لذلك.
- أن يكون الشرح أثناء تنفيذ الحصة موجزا و مفيدا وبصوت مناسب يسمعه جميع التلاميذ، وأن يكون باعثا على نشاط، و أن يتناسب صوت الأستاذ مع عدد التلاميذ و مكان الحصة، فلا يكون مرتقعا منكرا، ولا منخفضا فاترا يدعو إلى الملل.
- يجب على الأستاذ أن يقف في مكان يرى منه جميع التلاميذ و يرونه.
- يحسن إرشاد التلاميذ إلى النقاط المهمة أثناء قيامهم بالحركات، وتشجيعهم بالمعززات الموجبة بصفة مستمرة.
- أن يقف التلاميذ بعيدا أثناء حصة التربية البدنية عن الأقسام الدراسية والورشات في المدارس التقنية.
- يجب على الأستاذ مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ¹⁹.
- لا يمكن تصحيح الأخطاء أثناء أداء التلاميذ للحركات، بل يجب على الأستاذ توقيف العمل ثم تصحيح الأخطاء ومن الأحسن الإشارة إلى التلميذ الممتاز في أداء الحركات والمخطئ، فيطلب من الممتاز أداء الحركة أمام التلاميذ ثم يطلب من المخطئ أدائها على وجه الصواب وفي هذا تشجيع التلاميذ للتنافس فيما بينهم.
- يجب على الأستاذ الاهتمام بتوزيع الحصة على أجزاء الحصة.
- يجب أن يكون تحرك الأستاذ بين التلاميذ بشكل سليم في الوقت المناسب الذي يتطلبه ذلك.
- يجب على الأستاذ الاهتمام بمظهره الشخصي.
- أن يكون الملعب المعد للحصة نظيفا وخاليا من العوائق.
- يجب على الأستاذ استعمال السفارة، بشكل و وقت مناسب أثناء تنفيذ الحصة.
- يجب عدم ترك التلاميذ في حالة السكون لفترات طويلة أثناء الشرح
- يجب أن يهتم الأستاذ بعض القيم والسلوكات السليمة سواء من خلال مواقف اللعب أو النقاط التعليمية.
- يجب أن يهتم الأستاذ بالنواحي المعرفية أثناء الحصة.
- يجب عدم استخدام الشكل النظامي (العسكري) أثناء الحصة.
- يراعي أن يأخذ كل جزء من أجزاء وقت الحصة بدون نقص أو زيادة.

¹⁹ مكارم حلمي أبو هرجة، محمد سعد زغول: منهاج التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، 1999، ص102

- يجب أن يهتم الأستاذ بالتربية النظافية في مقدمة الحصة والجزء الختامي.
- يجب أن يكون الأستاذ واثقا من نفسه أثناء الحصة ولا يتردد في أي لحظة عند اتخاذ القرار .
- يجب أن يهتم الأستاذ بجميع التلاميذ ومعاملتهم معاملة واحدة.
- يجب أن تكون لدى التلاميذ القدرة على الابتكار أثناء تنفيذ الحصة.
- أن يستعمل الأستاذ بعض التمرينات الإعداد البدني كوسيلة من وسائل التقويم الذاتي للتلاميذ.
- يجب إشراك بعض التلاميذ المعوقين في بعض أجزاء الحصة، والتي تتماشى مع طبيعة الخاصة بهم.
- أن تؤدي جميع أجزاء الحصة و التلاميذ في حالة انتشار في الملعب .
- أن تتوفر الأدوات البديلة أثناء الحصة، وأن تتناسب مع عدد التلاميذ.
- يجب استخدام الوسائل التعليمية أثناء الحصة.
- أن تتسم الحصة بالاستمرارية وعدم التوقف.
- عدم استخدام الألفاظ الغير تربوية مع التلاميذ.

2-14- استمرارية حصة التربية البدنية والرياضية:

- لكي يتمكن الأستاذ من استمرارية الحصة دون توقف، يجب مراعاة ما يلي:
- أن يكون هناك ترابط بين أجزاء الحصة أثناء التنفيذ.
 - تجنب عمل التشكيلات و التكوينات (الصفوف، القاطرات، الدوائر).
 - تأدية جميع أجزاء الحصة و المتعلمون في حالة انتشار في الملعب.
 - يجب عدم ترك التلاميذ في وضع السكون لفترات طويلة أثناء الشرح.
 - تجهيز الأدوات و الأجهزة في الملعب قبل بداية الحصة.
 - عدم التركيز بشكل كبير على الأخطاء البسيطة لبعض المتعلمين²⁰.

²⁰ عبد العالي نصيف : الخطة الحديثة في إخراج درس التربية البدنية والرياضية ،الماهرة، 1998 ص25

2-15- تعريف أستاذ التربية البدنية والرياضية:

يعتبر أستاذ التربية البدنية والرياضية أو المربي الرياضي صاحب الدور الرئيسي في عمليات التعليم والتعلم، حيث يقع على عاتقه اختبار أوجه النشاط المناسب للتلاميذ في الحصة وخارجه بحيث يستطيع من خلالها تحقيق الأهداف التعليمية والتربوية وترجمتها وتطبيقها على أرض الواقع.

وللأستاذ دور كبير في انجاز الأعمال الإجرائية في الحصة التربوية البدنية والرياضية فهو يخطط وينظم ويرشد ويوجه التلاميذ في الحصة، ومن الضروري أن تكون العلاقة بينه وبين التلاميذ ايجابية مما يقود نشاطهم بشكل ايجابي، وهذا من خلال مشاركة الأستاذ للتلاميذ أفكارهم وطموحاتهم ومشاعرهم بثقة وصدق، ويتفهم مشاكلهم ويحترم آراءهم في نف الوقت، ولا يقتصر دور الأستاذ على تقديم أوجه النشاط البدني الرياضي المتعدد، بل له دور أكبر من ذلك، فهو يعمل علة تقديم واجبات تربوية من خلال الأنشطة الرياضية التي تهدف إلى تنمية وتشكيل وزرع القيم والأخلاق الرفيعة لدى التلاميذ، مما يساعدهم على اكتساب قدرات بدنية وقوام معتدل وصحة عضوية ونفسية ومهارات حركية وعلاقات اجتماعية ومعارف واتجاهات وميولات ايجابية.²¹

ومما سبق يمكن القول أن الأستاذ هو الفرد الكفاء القادر على ممارسة عمله التربوي على الوجه.

الأكمل المرضي نتيجة توظيفه لما يلي:

- المؤهل الدراسي الذي حصل عليه في مجال تخصصه.

- الخبرة العلمية الفعلية الناتجة عن ممارسة فنية تطبيقية.

- القيام بأبحاث علمية ونشر نتائجه.

2-16- صفات وخصائص أستاذ التربية البدنية والرياضية:

بصفة عامة يجب أن يكون إعداد المدرس في أي مجتمع من المجتمعات أو في أي دولة من الدول محققا للأمر التالية:

- أن يعرف المفاهيم والاتجاهات السائدة في المجتمع الذي يعيش فيه.

- أن يلم بالمادة الدراسية بالدرجة الأولى التي تجعل منه موردا صالحا يستمد منه المتعلمون حاجاتهم من المعلومات والخبرات.

- أن يكون لديه القدرة على توصيل المعلومات.

- أن يكون واعيا للأهداف المنهج الدراسي وتوجيهاته ومحتوياته.

- أن يكون على علم بخصائص المتعلمين وحاجاتهم.²²

²¹-اكرم زكي خطيبية، المناهج المعاصرة في التربية الرياضية، دار الفكر للنشر و التوزيع، عمان، 1997، ص173-174.
²²- يخلف أحمد، ظاهرة التفاعل الاجتماعي الصفي، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد التربية البدنية و الرياضية، الجزائر، 2001، ص88.

- أن يكون على دراية تامة بعلم الإدارة المدرسية ونظمها وقوانينها وطرق التعامل معها وتعتبر هذه الصفات عامة للمدرسين ككل ومن ضمنهم مدرسو التربية البدنية والرياضية ويقول د.حسن معوض، 1982 ، أن هناك صفات لمدرس التربية يمكن تلخيصها في أربع جوانب:

- جوانب شخصية.

- جوانب الخبرة.

- جوانب الصحة.

وفي دراسة مجلس المدارس بانجلترا، قد وضعت النتائج صفات مدرس التربية البدنية والرياضية في أعلى الترتيب بين مجموعة من المدرسين والمدرسات وجاءت بالترتيب التالي:

-القدرة على كسب واحترام ثقة التلاميذ

-القابلية في توصيل الأفكار.

-القدرة على الإيحاء بالثقة.

-التمكن المعرفي للمادة.

-مستوى عال من الأمانة والاستقامة.

وفي دراسة كان قد أجراها " حازم النهار 1993 "في الأردن، بينت الصفات

والسلوكيات التي يفضلها الطلاب أن تتوفر في مدرسي التربية البدنية والرياضية، وقد صنفها إلى قسمين:

2-17- مهنية وشخصية كفايات مهنية:

- يشجع الطلاب كثيرا على ممارسة الرياضة.

- لايهتم بآراء الطلاب.

- يشارك في التطبيق الميداني.

- ينضم البطولات الرياضية المدرسية.

- يوضح فائدة التمرين الجيد.

- يشرح المهارة بشكل جيد.

يحضر الأدوات والأجهزة قبل بداية الحصة.¹

¹ - أمين أنور الخوالي، التربية الرياضية المدروسة، دار الفكر العربي، ط2، مصر، 1988، ص42.

2-18- كفايات شخصية:

- عادل في إعطاء الدرجات.
 - أن يكون مهذب ومرح.
 - أن يتفهم ميول وحاجات الطلاب.
 - يساهم في إيجاد علاقات اجتماعية بين الطلاب.
 - لديه سمعة رياضية جيدة.
- وفي قائمة مجلس كاليفورنيا لإعداد المعلمين كانت الصفات الرئيسية للمدرس الكفاء هي:
- أن يكون قادر على تعليم التلاميذ.
 - أن يرشد ويوجه الطلبة بحكمه.
 - يساعد التلاميذ على فهم التراث الثقافي.
 - يساعد على تكوين علاقات طيبة بين المدرسة والمجتمع.
 - أن يساهم بفاعلية فيوجه النشاط المدرسي.¹

2-19- صفات الأستاذ الناجح:

إن المسؤولية الكبيرة لأستاذ التربية البدنية والرياضية هي تنفيذ المنهج ونجاح العملية التعليمية التربوية وتحقيقها للأهداف المنشودة، وحتى يتم له ذلك الدور الفعال لا بد أن يتصف بصفات متعددة ومتنوعة نلخصها فيما يلي:

2-19-1- الصفات الشخصية:

وتتمثل في الآتي

- خلوه من العاهات وخاصة في الحواس أو الأعضاء.
- أن يكون كلامه واضحا خاليا من العيوب التعبيرية كالتلعثم وجسة اللسان.
- صحته جيدة ونشاطه واضح، خال من الأمراض كالهزال العام والربو وغيرها.
- حسن المظهر دون مبالغة.¹

2-19-2- الصفات النفسية

- الصبر والتحمل وضبط النفس.
- أن يكون حازما في إرادته لنفسه ولمجموعته ولكن حازما بغير قسوة.
- المحبة والعطف على التلاميذ.
- القدوة الصالحة وقوة الشخصية.

2-19-3- الصفات العقلية

- الذكاء ضروري للنجاح في أي مهنة.
- الكفاية العملية أو التمكّن العملي، شرط أساس لنجاح الأستاذ في عمله.

¹ - أمين أنور الخوالي، التربية الرياضية المدروسة، مرجع سابق، ص 153

-الخبرة والمران التدريسي الطويل.
-ثقافة علمية واسعة.

2-19-4- الصفات الاجتماعية

المرح في غير ابتذال.
الود والابتسام وعدم غلط بين الجد والهزل.
إظهار ميول قيادي وقوة الإرادة.
سداد الرأي وعدم الانفعال.

عدم الاستهزاء بمشاعر الآخرين واحترام خصوصياتهم.¹

2-20- دور أستاذ التربية البدنية والرياضية في العملية التعليمية:

2-20-1- أستاذ التربية البدنية والرياضية كمربي:

إن وظيفة الأستاذ الأساسية ولا سيما في الأمم النامية هي تربية التلميذ في جميع النواحي الجسمية والعقلية والحركية والاجتماعية ومهمته كمربي هي أن ينمي التلميذ من الحالة الأولى التي يجده عليه، وبذلك يتهيأ له أن يقول أنه قاد التلميذ أثناء سنوات الدراسة إلى أحسن حالة متوقعة انطلاقاً من الاستعدادات الفطرية في ذات التلميذ. فالمربي الذي يوطن نفسه على قيام بعمل تربوي صالح يؤدي به حتماً إلى الاستفادة من الطاقة التي بداخل التلميذ وتوجيهها نحو الأحسن، كما أنهم واجب الأستاذ المربي إمداد التلميذ بكل ما درسه في المعهد، وتعلمه وجربه حتى يجهزه للحياة المستقبلية سواء كانت المراحل الدراسية التالية أو النشاطات الاصفية الخارجية وذلك بحسن المرافقة وحسن الأخذ باليد.¹

2-20-2 أستاذ التربية البدنية والرياضية كقائد للأنشطة والممارسات التدريسية:

إن استخدام أسلوب بيداغوجي معين يساعد الأستاذ في توجيه عملية التعليم، حيث أن دور الأستاذ لا يكمن في التلقين فقط بل يتعداه إلى المساعدة عن طريق حضوره وتفهم العلاقات، وهذا عن طريق كفاءته من خلال الأنشطة والممارسة، كما أنه يعمل على تسهيل النشاطات للفرد وللجماعة، وهذا يتطلب كفاءة وخصائص مهنية مكتسبة من خلال الممارسة، كعملية الحوار الذي يساعد التلاميذ على فهم الهدف والغاية.²

فالأستاذ قائد في جماعته يوجه ويعطي التعليمات المفيدة وذلك في نطاق التشاور وتفهم الآخرين، لأن القيادة حالياً ليست ملكاً للفرد بالمفهوم العام، ولكنها مهمة ومسؤولية ووظيفة بأن القيادة عملية سلوكية.

2-20-3- دور الأستاذ التربية البدنية والرياضية في تخطيط وتنظيم وإدارة النشاط في الحصة:

لقد حددت روبرت دريبين للعملية التعليمية أربع جوانب وعلى الأستاذ مراعاتها في تدريسه وهي:

- طرق تقديم محتوى الموضوع التعليمي واختيار وتنظيم أوجه النشاط التعليمي.
- استثارة دوافع المتعلمين وذلك من أجل حثهم على المشاركة.
- ضبط الفصل وذلك من خلال تعويد المتعلمين على حفظ النظام وتعويدهم على ذلك.

¹ - د عبد الله عمر الفراء، عبد الرحمن عبد السلام جامل، المرشد الحديث، مكتبة دار الثقافة للنشر و التوزيع ، الأردن، 1999، ص34-40.

² - عبد الرحمن عمر الفراء، عبد الرحمن عبد السلام جامل، المرشد الحديث، مرجع سابق، ص34-40.

- استخدام طرق التعليم القائمة على المشاركة والتي تدور حول المتعلم.¹
وفي دراسة (لايفورك دافيس) تم تحديد أربع مهام للمدرس في العملية التعليمية:

2-20-3-1- التخطيط:

وهو يعد عنصرا أساسيا من عناصر الإدارة وله أولوية على جميع عناصر الإدارة الأخرى، فالتخطيط يعد مرحلة التفكير التي تسبق التنفيذ والتي في ضوءها يتم اتخاذ القرار، وتكون بالإجابة على بعض التساؤلات منها:
ماذا يريد تحقيقه؟ ماهي أفضل الطرق والوسائل؟.

ماهي الإمكانيات اللازمة لتحقيق ذلك؟.

2-20-3-2- التنظيم:

من خلال التنظيم يقوم المدرس بعملية خلق متعمد لبيئة تعليمية مناسبة لما يراد تحقيقه من أهداف وعملية التنظيم تتضمن:

-ترتيب أجزاء الحصة وفقا للتسلسل الذي سيتبعه في الحصة.

-إعداد وتجهيز الملاعب والأدوات التي سوف يتم استخدامها.

-توزيع الأدوار القيادية على المتعلمين وتعيين المتعلمين الذين سوف يستعين بهم².

2-20-3-3- القيادة والتوجيه

بعد عمليتي التخطيط والتنظيم للنشاط تأتي مرحلة التنفيذ للنشاط، وهنا يقوم المدرس بترجمة أهداف النشاط إلى سلوك يقوم به المتعلمون وذلك من خلال إرشادات وتوجيهات المدرس، وتعد هذه الفترة إحدى قدرات المدرس وهي تدل على جهد الذي يبذله من أجل مساعدة المتعلمين والبلوغ إلى الأهداف المرجوة.

2-20-4- أستاذ التربية البدنية والرياضية كمنشط في بيئة التدريس:

يكون التنشيط بتحريك وتفرغ كل ما هو في نفسية التلميذ وجعلهم يستغلون ويستثمرون كل ما يملكونه من مواهب تعبيرية وأفكار إبداعية، فيؤثر الواحد في الآخر، وتظهر اتجاهات إيجابية بين أطراف الجماعة التي يمثلها الأستاذ والتلاميذ وذلك من خلال استثارة الدوافع وتوجيه الميولات وإحداث التفاعلات والعلاقات الجيدة التي تمنحهم الإحساس بالتضامن والتكافل، ودوره كمنشط يقوم على تحديد وتقوية خصائص مجموعته من خلال الأنشطة الرياضية، فيعيش بذلك أفراد جماعته الحركة بمعناها الحقيقي، فالتنشيط يوصل إلى تحقيقي التربية المطلوبة وتحقيق الأهداف المرجوة، وهذه مسؤولية ينبغي حفظها والاهتمام بها.

فالتربية والتنشيط عاملان يحققان الفاعلية في التدريس ولك بإحداث التغيير الموجب في سلوك التلميذ بدرجة من المهارة.

2-20-5- أستاذ التربية البدنية والرياضية ضابطا للإجراءات التدريسية:

تتطلب إدارة التعليم وتنفيذه تنفيذا فاعلا أن يتمتع الأستاذ بصفة القدرة على الضبط والمراقبة الجيدة، حيث يتسنى له تحقيق أهداف الحصة وغياب عملية الضبط تجعل عملية التدريس خالية من الانتظام

¹ - سلمى محمد جمعة، ديناميكيات العمل مع الجماعة، المكتب الجامعي الحديث، مصر، 1998، ص39.

² - محمد الحماصي، أمين أنور الخوالي، أسس بناء برامج التربية الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990، ص182.

وعملية الضبط عملية مخططة ومحددة بمعايير توجه حكم الأستاذ ورضاه عن خطوات سيره ,وتحقق الدرجات التي تم تحديدها لقبول أداء التلاميذ كنتاج تعليمي.

وعمليات الضبط عمليات واعية تضمن كفاءة الأستاذ في قدرته على متابعة تقدم سيره نحو .
النواتج وتتحدد هذه النواتج عادة عن طريق مقارنة نقاط البدء بنقط التحصيل التي حققها التلاميذ .
في نهاية الموقف¹.

2-21- واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية

2-21-1-الواجبات العامة : تشكل الواجبات العامة لأستاذ التربية البدنية والرياضية جزءا لا يتجزأ من مجموع واجباته المهنية في المدرسة التي يعمل بها، ولقد أبرزت دراسة أمريكية حسب أمين أنور الخولي، أن مديري المدارس يتوقعون من أستاذ التربية البدنية والرياضية ما يلي:

- لديه شخصية قوية تتسم بالانتران الانفعالي.
 - معد إعدادا مهنيا جيدا لتدريس التربية البدنية والرياضية.
 - يتميز بخلفية عريضة من الثقافة العامة.
 - مستوجب للمعلومات المتصلة بنمو الأطفال وتطورهم كأساس للتعلم .
 - لديه القابلية للنمو المهني الفعال ,والعمل الجاد المستمر.
 - يفهم فلسفة التربية البدنية والرياضية ومبرراتها وقادر على توضيحها .
 - لديه الرغبة للعمل مع كل التلاميذ بكل صفاتهم .
- وحدد أيضا أكرم زكي خطابية الواجبات العامة لأستاذ التربية البدنية والرياضية في النقاط التالية:
- معرفة وفهم أهداف التربية البدنية والرياضية سواء كانت طويلة المدى وغير المباشرة وقصيرة المدى ومباشرة التخطيط لبرنامج التربية البدنية والرياضية مع الأخذ بعين الاعتبار أغراضها مع مراعاة الأمور التالية:
- احتياجات ورغبات التلاميذ.
 - الميول والفروق الفردية.
 - تنوع وتعدد أوجه النشاط.
 - تحديد الفترة الزمنية الملائمة لتنفيذ هذه الأنشطة وتحديد حجم الفصل الدراسي.
 - الأخذ في الاعتبار المرحلة العمرية.
 - عدد الأساتذة الموجودين في المدرسة.
 - تطوير واختيار المواد والأنشطة التعليمية المناسبة لتعلم التلاميذ .
 - التحضير والتخطيط للوحدة التدريسية ودروسها اليومية مثل تحضير المعلومات التي يجب أن يتعلمها التلاميذ خلال حصة أو أكثر ثم اختيار طرق التدريس المناسبة لها .

¹ - محمد الحمامي، أمين الخوالي، مرجع سابق، ص 183

- الإعداد والتحضير لبيئة حصة التربية البدنية والرياضية وتنظيمها للاستعداد والتعلم، ويشمل ذلك تحضير الأجهزة الضرورية والأجهزة المساعدة والوسائل التعليمية وكذلك تحديد الأدوار التي سيشترك فيها كل تلميذ أو عدة تلاميذ كفريق.

- توفير القيادة الرشيدة والحكيمة التي تساعد على تحقيق أغراض التربية البدنية.

- استخدام القياس والتقييم لمدى معرفة تحقيق هذه الأغراض.

- تحديد الصعوبات والعراقيل التي تواجه عملية تنفيذ المنهج والسعي لحلها .

- إعادة تقييم برامج التربية البدنية والرياضية بصفة دورية من خلال نتائج القياس والتقييم وتحليل هذه النتائج¹.

2-21-2-الواجبات الخاصة : إلى جانب الواجبات العامة السابقة الذكر توجد واجبات خاصة به يتوقع أن يؤديها من خلال تحمله بعض المسؤوليات الخاصة في المدرسة، وهي في نفس الوقت قد تعتبر احد الجوانب المتكاملة لتقدير عمل الأستاذ، منها:

- حضور اجتماعات هيئة التدريس واجتماعات القسم ولقاءاته.

- التعاون والتنسيق مع زملاء في نفس القسم.

- الإشراف على غرفة تبديل الملابس أثناء استخدام الطلبة لها.

- القيام بالإسعافات الأولية الضرورية إذا دعت الحاجة.

- المشاركة في تنظيم وإدارة المباريات والمنافسات الرياضية.

- تقييم الطلاب وفق للخطة الموضوعية.

2-22- دور الأستاذ في إعداد حصة التربية البدنية والرياضية:

أستاذ التربية البدنية والرياضية هو العنصر الأساسي في التخطيط والإعداد للحصة بكل ما يحتويه من أنشطة وخبرات تخص جميع المستويات التعليمية، ولا شك أن هذا يتطلب منه معرفة عميقة بكيفية اختيار المحتوى والوسائل والطرق الجيد لضمان التنفيذ السليم للحصة ويأتي في مقدمة ذلك معرفة الطرق والمناهج الحديثة في إخراج الحصة وفق ما تقتضيه طبيعة بيئة التربية بكل عناصرها ومحاولة تطوير وتحسين النقائص باستمرار عملية تقييم البرامج والوسائل الموصلة لذلك¹.

2-23- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية في المدرسة الحديثة:

وهنا نركز جيداً على كلمة مسؤوليات، فهذا إن دل على شيء إنما يدل على الواجبات التي

تنتظر الأستاذ لأداء مهنته، وللقيام بعمله على أحسن وجه، ويمكن تقسيم مسؤوليات الأستاذ كمايلي:

2-23-1- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه المادة التعليمية :

أستاذ التربية البدنية والرياضية اليوم يحظى بتجربة أكبر في تحديد المنهجية و أنواع النشاط التعليمي لتلاميذه، فهم يشاركون كأفراد و جماعات لإعداد خطط العمل للسنة الدراسية، وذلك فيما يتعلق بالمادة التعليمية، هكذا نرى أن الأستاذ لم يصبح غائباً عن ساحة التعليم إن صح التعبير و إنما أتاحت له الفرصة لوضع الخطط التعليمية ،

¹ - اكرم زكي خطيبية، المنهج المعاصر في التربية الرياضية، مرجع سابق ، ص 176-178.

¹ - أمين أنور الخوالي، أصول التربية البدنية و الاعداد المهني، مرجع سابق، ص164-165

والمناهج والطرق العملية انطلاقاً من واقع التلميذ من داخل أو خارج الصف المدرسي ومن واجب الأستاذ الإلمام الجيد بجميع ما يتعلق بالنشاط الرياضي المدرسي من مهارات رياضية، وطرق التدريس، وأساليب حديثة في التعليم، من المستحب في العملية التربوية أن يكون الأستاذ مشاركاً في نوع من أنواع النشاط المدرسي، كرئاسة جمعية من جمعيات النشاط، أو رئاسة فصل، أي أن يكون رائداً له، وهذا النشاط كثيراً ما يكون خبرة سارة تتطلب جهداً ومهارة وتفكيراً تربوياً سليماً، وهذه التجربة والمبادرة الجميلة تسمح للتلاميذ من اكتشاف جوانب عديدة من حياة الأستاذ كان يخبئها أثناء القيام بالدروس، كما يمكن لهذا الأخير أن يكتشف جوانب عديدة من حياة تلاميذه.

2-23-2- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه التقييم :

إن عملية تقييم عمل التلاميذ هي عملية دقيقة وهامة جداً، ولكي تسير بصفة صحيحة يجب أن يكون الأستاذ يفهم بوضوح تقدم تلاميذه، وللتقييم الجيد يجب استعمال الوسائل اللازمة لتسجيل نتائجها، وللقياس الصحيح لنمو التلاميذ يجب الاستعانة بأخصائيين في عمل الاختبارات وغيرها من أدوات القياس، وعكس الأستاذ في التربية التقليدية، فإن الأستاذ في المدرسة الحديثة قد أعد إعداداً سليماً حيث تعلم أن يقوم النمو في الاتجاهات والمثل والعادات والاهتمامات، كما أنه قادر على الكشف عن نواحي ضعف المتعلم وإعداده بالمواد والأساليب العلاجية والتقييم هي المرحلة الأخيرة وفيها يتم التأكيد من أنه تم تنفيذه أو ما يتم تنفيذه من نشاط يكون مطابقاً لما يراد تحقيقه من أهداف في إطار الخطة المقررة والمسؤولية الثانية لأستاذ التربية البدنية والرياضية إدارته في ضوء الأغراض، وهذا يعني الاهتمام باعتبارات معينة أولهما وأهمها احتياجات ورغبة الأفراد الذين يوضع البرنامج من أجلهم، ويراع عند وضع البرنامج ضرورة تعدد أوجه النشاط، وهنا عدة عوامل تدخل في تحديد الوقت ليخصص لكل من هذه الأنشطة، كذلك يجب أن يأخذ بعين الاعتبار عدد المدربين، الأدوات، عدد التلاميذ، والأحوال المناخية، كذلك يجب مراعاة القدرات العقلية، والجسمية للمشاركين (التلاميذ) وتوفير عامل الأمان والسلامة، ومن البديهي أن يتناسب البرنامج مع المراحل التعليمية المختلفة.

2-24-2- طبيعة عمل أستاذ التربية البدنية والرياضية :

يعتبر أستاذ التربية البدنية والرياضية في قطاعات التعليم المختلفة من الدور الأكثر عمقا وإثراء التربية عن سائر مجالات العمل المهني في إطار التربية البدنية بمختلف تخصصاتها، وأستاذ التربية البدنية الذي يحقق أدواراً مثالية في علاقاتها بالثقافة والمجتمع والمدرسة ومجال التربية البدنية والرياضية، يتوقف على هذا يدير أستاذ التربية البدنية والرياضية نظرتة نحو نظامه الأكاديمي و مهنته كما يتوقف كذلك على البيانات التربوية والمناخ التربوي المدرسي، وأستاذ التربية البدنية والرياضية يحقق أهداف وتتمثل أدواره كما يدركها هو شخصياً وليس كما تصبح هذه الأهداف والأدوار في أذهان المسؤولين التربويين، لأنه الشخص الذي يعمل في خط الواجهة المباشرة مع التلاميذ في الثانويات فهو يعكس القيم والأهداف التي يتمسك بها، ونجد لديه قناعة شخصية ومهنية خاصة بتلك التي تربط بالسلوك و التعليم وتشكل شخصية التلاميذ والبيئة المعرفية في التربية البدنية والرياضية التي تشق منها المناهج والبرامج سوف تقرر إلى حد بعيد محتوى الخبرات وتنظيمها وطريقة تدريسها التي تعكس الاهتمامات ونوعية الإسهام المهني في التربية واجب الأستاذ الأول يتصل بالتعليم، بالتحديد تنفيذ ومتابعة برامج في التربية

البدنية التعليمية، وعليه أن يدرك أهداف التربية البدنية في علاقاتها بالأهداف العامة للتربية في مجتمعه، وهذا الإدراك يعبر عن التقويم المستمر للتلاميذ من مختلف الجوانب السلوكية، كذلك تقييم جوانب البرامج وطرق التدريس في ضوء الأهداف الموضوعية للبرامج¹.

2-25- إعداد أستاذ التربية البدنية والرياضية:

يعتبر إعداد الأستاذ من الأسس الهامة التي تقوم عليها السياسة التعليمية، تلك السياسة التي يعتني الأستاذ بتنفيذها وتتمثل في إعداد المتعلم للحياة في المجتمع الذي يعيش فيه وفقا للفلسفة التي ارتضاها المجتمع لنفسه وللعملية التعليمية أبعادها وركائزها ، ومن أهمية إعداد الأستاذ يقول " تسارلز ميريل " : " لا يسمح لأحد بممارسة مهنة التعليم ما لم يعد إعدادا أكاديميا خاصا بها حيث أنها تتطلب من القائمين عليها التخصص الدقيق في المادة العلمية والإلمام التام بأساليب وطرق تدريسها، كما ينبغي أن يكون خبيرا بالأسس النفسية والاجتماعية التي تهتم بحاجات التلاميذ و دوافعهم و ميولهم، حتى نتمكن من التعامل معهم و إرشادهم وتوجيههم، وحيث أنه لأستاذ التربية البدنية دور هام في إعداد التلميذ، لهذا يكون من الضروري إعداد هذا التلميذ إعدادا مهنيا، أكاديميا، ثقافيا و علميا .

2-26-الأستاذ وبرنامج التربية البدنية والرياضية:

يتمثل دور الأستاذ التربية البدنية والرياضية التربوي فيما يتصل ببرنامج التربية البدنية في المؤسسة خلال أربعة جوانب هي:

2-26-1-تدريس التربية البدنية : وذلك من خلال دروس التربية المقررة في المؤسسة حسب كل صف مدرسي.

2-26-2- إدارة النشاط الداخلي :وهي الأنشطة التربوية المكتملة للحصة و هي ذات طابع تطبيقي و تتم داخل.

أسوار المؤسسة

2-26-3-إدارة النشاط الخارجي :وهي أنشطة ذات طابع تنافسي، حيث تمثل فرق المؤسسة ومنتخباتها في المسابقات خارج المؤسسة.

2-26-4-إدارة البرامج الخاصة :وهي أنشطة تتعهد حالات الإعاقة بأنواعها بما يناسبها، كما أنها على الجانب الآخر تتعهد حالات التفوق والامتياز الرياضي مما يعمل على استمرارية الارتقاء به .

ولمدرس التربية البدنية و الرياضية عدة مسؤوليات تعليمية يمكن انجازها على النحو التالي:

- التخطيط الواعي للتدريس بدءا من المستوى اليومي ومرورا بالمستوى قصير المدى وصولا إلى المستوى بعيد المدى، و صياغة الأغراض التعليمية الجزئية السلوكية التي تحقق أهداف المنهج.

- انتقاء المحتوى من ألوان الأنشطة البدنية، الحركية والرياضية المختلفة، والتي تحقق الأغراض التعليمية و تتح اكتساب التلاميذ بخصلها السلوكية².

- اختيار وتنفيذ طرق واستراتيجيات مناسبة للتدريس وكذلك الوسائل الملائمة لتحقيق الأغراض التعليمية بكفاءة عالية.

¹ - حمد سعد زغلول، مصطفى السايح محمد، تكنولوجيا اعداد معلم التربية الرياضية ، مكتبة الاشعاع الفنية، ط1، المعمورة ، البحرين، 2001،ص20
² - د. محمد سعيد عزمي، أساليب تطوير درس التربية البدنية و الرياضية، منشأة المعارف، الإسكندرية، مصر، 1996، ص21.

2-27- معلومات الأستاذ عن المادة:

تعتبر معلومات الأستاذ عن المادة التي يدرسها هامة جدا، وأن العملية التعليمية تقوم على أساس هذه المعرفة و العملية التعليمية أبعادها و ركانزها ويأتي الأستاذ في مقدمة هذه الأبعاد والركائز، ومن هذا تظهر أهمية هذه المعارف فيقول " شارلز ميريف " : " لا يسمح لأحد بممارسة مهنة التعليم، ما لم يعد إعدادا أكاديميا خاصا بها ، التخصص الدقيق في المادة العلمية و الإلمام التام بأساليب وطرق تدريسها كما ينبغي أن يكون خبيرا بالأسس النفسية و الاجتماعية التي تلم بحاجيات التلاميذ و دوافعهم و ميولهم و إرشادهم وتوجيههم " وحتى يصل أستاذ التربية البدنية والرياضية إلى أهدافها، يحتاج إلى معرفة متكاملة ومعارف كثيرة لاكتساب النواحي التربوية والخبرات الفنية التي تساعده على مواجهة مشاكل التلاميذ و حلها كما أن شخصية الأستاذ وكفاءته تؤثران كثيرا على النجاح، وأيضا لا يمكن أن ننسى تأثير بعض المواد كعلم النفس الذي يزوده بالإلمام بطبيعة التعليم و التعلم معا ونظريا تهما وأسسهما و وسائل التقويم والقياس كما يعد التدريب العلمي أو التطبيقي، تنفيذا لهذه الدراسات النظرية والمعلومات الفكرية ، فهي لب أو جوهر العملية التعليمية، وإعداد الأستاذ مهنيا عن طريق تطوير سلوكه المهني البدني خاصة، وذلك باكتسابه لمختلف الخبرات الحركية، وكفاءته البدنية والأنماط اللازمة لرفع مستواه المهني لتكوين وحدة إنتاجية شاملة قادرة على مواجهة المهنة فتعطي سلوكا تربويا ناجحا.

2-28- الصعوبات و العراقيل:

يمكن تقسيم هذه الصعوبات إلى عدة جوانب وهي:

2-28-1 الجوانب الإدارية :

- النظرة غير الشاملة والموضوعية إلى التربية البدنية والرياضية من قبل المدرسة وإداراتها .
- كثرة نصاب المعلم من الحصص.
- عدم توافر البدائل عن القاعات والملاعب المغطاة بسبب الجو.

2-28-2 الجوانب الفنية :

- قلة التأهيل من دورات تدريبية مهنية وإعادة النظر بمحتوى التربية البدنية والرياضية.
- قلة الموجهين المصرفين .
- تدخل بعض الموجهين التربويين في الجوانب الفنية مما يؤثر سلبا على التدريس.¹

2-28-3 الجوانب المنهجية :

- عدم مناسبة بعض محتويات المنهج مع طبيعة التلاميذ وكذلك الأدوات والأجهزة.¹
- عدم وضوح وفهم تقويم أهداف المنهج باعتباره المحصلة للدروس.
- عدم تنفيذ منهاج التربية البدنية والرياضية تبعا للخطة الدراسية السنوية .
- نقص في المنافسات الرياضية.

2-28-4 الجوانب الخاصة بالتلميذ :

¹ - امين أنور الخوالي، أصول التربية البدنية و الرياضية، مرجع سابق، ص147.

¹ - محمد سعيد عزمي، أساليب تطوير درس التربية البدنية و الرياضية ، مرجع سابق، ص29

- عدم ارتداء الزي الرياضي لعدد كبير من التلاميذ.
- عزوف بعض التلاميذ عن ممارسة النشاط الرياضي خاصة الإناث.
- عدم الاهتمام بالتربية البدنية والرياضية لكونها مادة غير أساسية.
- شعور التلاميذ ببرودة الجو يقلل من إقبالهم على ممارسة التربية البدنية والرياضية.
- هنالك بعض الأنشطة لا تتناسب مع ميول و رغبات التلاميذ.

2-28-5-الجوانب الخاصة بالإمكانيات :

- عدم توفر و تناسب الإمكانيات الحالية من ملاعب وأدوات و منشآت رياضية لعدد التلاميذ.
- قلة الميزانية المخصصة للتربية البدنية و الرياضية.

خلاصة:

تطرقنا في هذا البحث إلى تطور تاريخ ومفاهيم التربية البدنية والرياضية، ومن خلال ما سبق تتجلى لنا الأهمية البالغة للتربية البدنية والرياضية في حياة الشعوب والأمم وما تلعبه من دور هام لدى الناس وبالخصوص المراهقين، والتي تطبعهم لينشئوا متفهمين لأبعادها، متبنين اتجاهات ايجابية نحوها و التي تهف بدورها إلى بناء وإعداد المواطن الصالح الذي يسعى إليه المجتمع، ولاحظنا كذلك أن نجاح حصة التربية البدنية و الرياضية مرتبط بكيفية تعامل الأستاذ مع التلاميذ خاصة في مثل هذه المرحلة) مرحلة المراهقة (إلا أن هناك بعض المشاكل التي يواجهها الأستاذ خاصة نقص الإمكانيات الرياضية والمرافق والعتاد الرياضي .

الفصل الثالث

تمهيد:

من المعروف أن الإصابات تترافق دوماً مع النشاط البدني و الرياضي و أن معدل الإصابات في بعض أنواع الرياضات التي تتطلب احتكاك اللاعبين مع بعضهم البعض، و لكن يبقى هناك عامل دائم هو ان الإصابة شيء أصبح كالوراثة للرياضيين عند ممارسة الرياضة ففي الثانوية يتوجب علينا الإطاحة بالأسباب المؤدية لحدوثها و تعدد أشكال الإصابات من خلال نوع النشاط الممارس.

وقد يقع الكثير في مأزق وحيرة عندما يتعرض شخص لجرح، حادث أو لنوبات مرض وقد تقف أنت نفسك عاجزا عن تقديم بعض الإسعافات الأولية التي تدعم حياته حتى يتم نقله إلى أقرب مستشفى أو عيادة طبية ، ولا يرتبط الاحتياج لمثل هذه الإسعافات بمكان ما، و إنما نجد الحاجة إليها في الشارع ، مكان العمل، المدرسة ، الجامعة، المنزل، الثانوية، أماكن العطلات و الإجازات...الخ.

3-1-1 مفهوم الإصابة الرياضية:

الإصابة هي تأثير نسيج أو مجموعة من الأنسجة من الجسم نتيجة مؤثر خارجي أو داخلي مما يؤدي إلى تعطيل سلامة و عمل أو وظيفة ذلك النسيجين و يعرفها خليل سمينه بأنها تعرض الأنسجة المختلفة إلى تأثيرات خارجية و داخلية تسبب خلل تشريحي ووظيفي مؤقت أو دائم وفقا لشدة الإصابة.

وتنقسم الإصابات الرياضية إلى قسمين هما:

3-1-1-1 الإصابة الداخلية: يعرفها محمود عادل رشدي : " أنها تحدث نتيجة قوى داخلية من الجسم المصاب نفسه"

أما رياض أسامة: " يعرفها بأنها تحدث تأثير الممارسة الرياضية على أجهزة الجسم الفيزيولوجي المختلفة بضغوط متنوعة الشدة و متكررة"

3-1-2-1 الإصابة الخارجية: يعرفها رياض أسامة بأنها تنتج عن عنف خارجي على جزء من جسم الرياضي و منه يتضح أن الإصابات الخارجية يتعرض لها التلميذ من شدة خارجية مثل اصطدامه مع زميله أو مع الأرض

3-2-1 تصنيف الإصابة الرياضية: تصنف الإصابات و فقا لأنواعها و شدتها إلى ثلاثة أنواع:

3-2-1-1 إصابات خفيفة: لقد حدد علماء الطب الرياضي الإصابات الخفيفة إلى عدة أنواع و أعطوها التعريف التالي: هي الإصابات التي تحدث و تصيب الرياضيين و تكون خفيفة و هي لا تستلزم إجباريا تدخل الطبيب و يتم شفاؤها بسرعة مع أو بدون المواد الصيدلانية مثل الكحول أو اليود...الخ. وفي الثانوية أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية لا تستلزم عموما توقف النشاط أثناء الحصة و لو تطلب الأمر التوقف لا يدوم إلا بعض الدقائق من بين هذه الإصابات:

3-1-2-2-1 الجروح السطحية البسيطة:

يعرفها عبد الرحمان قبع: على أنها عبارة عن إصابة أنسجة الجسم مع حدوث قطع في الجلد.

3-2-1-2-2-1-2-3 السجحات: هي جروح تحدث في الطبقات السطحية من الجلد نتيجة الانزلاق على الأرض الصلبة للملعب و يعرفها فريق كمونه: بأنها هو كل ما يحدث عندما تتكشط طبقة البشرة من جراء السقوط على سطح خشن¹.

ويعرفها أسامة رياض: بأنها سلخات جلدية سطحية بسيطة.²

3-2-1-2-3-1-2-3 القطع: و تحدث هذه الجروح بواسطة آلة حادة مثل: زجاج، سكين، شفرة،...الخ وهو كثير النزيف و قد تصيب الأوعية الدموية، الأعصاب، العضلات، وغير شائعة في وسط التعليمي.

3-2-1-2-3-4-1-2-3 الثقب: تسببه الأجسام المدببة كالمسامير ، الإبر ، و النزيف الخارجي قليل وداخلي قد يكون كثير عند إصابة الأوعية الدموية.

¹فريق كمونه، موسوعة عن الإصابات و كيفية التعامل معها، دار الثقافة و التوزيع، عمان، 2006.

² أسامة رياض، أطلس الإصابات الرياضية المصورة، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001.

3-2-1-5-التشنجات: هي التقلصات غير إرادية ذات ألم ثابت على مستوى كامل العضلة أو الجهاز أو مجموعة عضلات و غالبا ما تحدث أثناء حصة التربية البدنية والرياضية على مستوى الساق و ناتج عن الإفراط في التعب أو وضعية غير لائقة للعضلة التي تؤدي إلى اختلال الأوعية العضلية، و يعرفها على مروش: هي انقباض غير إرادي ، مداوم و مؤلم للعضلة أو لعدة عضلات تتصلب و تستحيل الترخية ، ويحدث غالبا في عضلات الساق ، الأصابع، و عضلات الظهرية.

3-2-1-6-الرضوض (الكدمات): يعرفها فريق الكمون: على أنها المتورمات الأكثر شيوعا في إصابات التلاميذ التي تحدث خلال ممارسة النشاط الرياضي و هي تحدث عادة بسبب الصدمة المباشرة أو الإصطدام جزء معين من الجسم بشيء خارجي

أما أسامة رياض: فيعرفها بأنها تنشأ من الإصطدام بجسم صلب أو سقوط من سطح مرتفع و يتميز هذا النوع بعدم انتظام حافتيه و قلة نزيف و كثرة تعرضه للالتهاب.

3-2-2-الإصابات المتوسطة: هي الإصابات التي لا تستلزم إجباريا تدخل الطبيب ، فبمجرد الراحة لبضع ساعات أو يومين أو ثلاثة أيام أو أسبوع كافية عموما لتخفيف الألم و يتم علاجها باستعمال مواد صيدلانية موجودة و متوفرة كاليود، الكحول، السانتول...الخ.

أثناء درس التربية البدنية و الرياضية هاته الإصابات تستدعي توقف التلميذ المصاب عن النشاط الرياضي خلال الحصة و هذا التوقف غالبا ما يكون مؤشر هذه الخطورة من بينها:

3-2-2-1-إصابة فقدان الوعي: هي حالة أين يفقد التلميذ وعيه ، و هي غالبا مسبوقة بإصابة مؤثرة و مباشرة ، وكما وصف مختار سالم: هو قصور المخ عن القيام بوظائفه لفترة وجيزة نتيجة عدم حصوله على كمية كافية من الدم.

3-2-2-2-التواء: هي الإصابة التي تصيب الأربطة العضلية و كذلك تصيب المفصل على أداء حركات غير عادية و طبيعية لأن الأربطة العضلية تتمزق و تتقطع مسببة إصابة و هي تصنف إلى ثلاثة أصناف حسب شدتها: التواء بسيط، شديد، خطير.

3-2-2-3-إصابة ضربة الشمس: إنها الحروق الأنسجة الجلدية الناتجة عن الاستعراض كثيف للشمس و كثيرا ما تحدث في فصل الصيف بسبب الحرارة الزائدة غير عادية خلال الألعاب أو التمارين الكاملة على الميدان غير مغطى حيث يكون التلاميذ معرضين للشمس.

3-3-3-الإصابات الشديدة¹: تظهر على شكل ألم شديد أو ورم ملحوظ الدرجة و قد يصاحب تغيرات لون الجلد و محدودية الحركة في الظروف العادية، شفائها وفق تقدير الطبيب ما بين 4 الى 5 أسابيع.

¹ - حنفي مختار سالم، المدير الفني لكرة القدم، مركز الكتب و النشر، القاهرة، 1998.

3-3-3-1- التمزقات: يعرفها فريق كمون: على أنها تحدث بسبب ميكانيكيات حركية مختلفة التمطية المفرطة التدريب العنيف مقاومة الثقل أكثر من القدرة، عدم توازن في التحرك العضلي أو للتقلصات المفصلية غير العادية أو المفاجئة أو التدريب في حلة البرودة.

وتعرفها زينب العالم إنها شدة أو تمزق للعضلات أو الأوتار العضلية أو الكيس المغلف للعضلة نتيجة لعدم قدرة العضلة على الانقباض بالقدر المناسب لمقاومة خارجية حطة وقوعها أو سبب القيام بحركة عنيفة مفاجئة أو القيام كمجهود عضلي كبير و العضلة غير مستعدة لذلك.

أما أسامة رياض²: فيرى أنها عبارة عن تمزق في الألياف العضلية و قد يصبحها تمزق في الأوعية الدموية، و ترجع أسباب ذلك إلى التدريب الرياضي بصفة غير عملية للعضلات كالقيام بمجهود عضلي أكبر من طاقة العضلات أو نتيجة شد مفاجئ و متكرر و نقص المرونة بالعضلات.

ويرى محمود حنفي مختار: بأنها تحدث نتيجة لشد عضلي شديد حيث يحدث في العضلات أو بعض أليافها مصحوبة بتمزق في بعض الأوعية الدموية و هناك ثلاث أنواع من المتمزقات حسب شدة الضرر الحاصل:

3-3-3-1-1- التمزق البسيط: يتمثل في إصابة أو تمزق لعدد قليل للألياف العضلية و أعراض تتمثل في ألم بسيط في مكان الإصابة و تتوقف درجة الألم على درجة الإصابة و مكانها و يستطيع الرياضي مواصلة نشاطه بشكل خفيف.

3-3-3-1-2- التمزق المتوسط : ويشمل عدد أكبر من الألياف المتمزقة و على الرغم من وجود وحدات عضلية عاملة إلا أن الرياضي لا يستطيع ممارسة نشاطه بشكل طبيعي مع ألم مصحوب و أعراضه تظهر من الألم وورم و فقدان وعي على الحركة.

3-3-3-1-3- التمزق الشديد: هو تمزق الألياف الوحدة العضلية بشكل مما يسبب فقدان القدرة على الحركة ، و يمكن أن يحدث هذا النوع من التمزق في أي أماكن الجسم

3-3-3-2- الكسور: يعرفها فريق الكمون هي انفصال و تمزق في شكل للعظم و استمرارية و يعرفها عنيفة (نفس المرجع) هو انفصال العضلة عن بعضها البعض إلى جزئيين أو أكثر بسبب قوى خارجية عنيفة ، وتحدث هذه الإصابات نتيجة اصطدام شديد بين التلاميذ أو ارتباط شدي بإحدى تجهيزات الملعب كقوام المرمى أو السقوط الشديد على الأرض و الكسور ثلاث أنواع حسب مروش كسر بسيط مغلق: و يعرفه بأنه انكسار العظم من غير أن يترك أي ضرر أو جرح يظهر على الجلد و هو كسر العظم

كسر المفتوح: و هو كسر العظم وجرح الجلد معا
كسر معقد: وهو انكسار العظم إلى أجزاء بحيث يجرح جزئ من العظم عضوا من الأعضاء الجسم الداخلي مثل النخاع الشوكيين الأعصاب ، الرئة ، الشريان الدموي... الخ.

² - أسامة رياض، اطلي الإصابات الرياضية المصورة، دار الفكر العربيين القاهرة، 2001.

3-3-3-3-3-الخلع¹: يعرفه فريق الكمون: بأنه تغير مكان رأس العضم في منطقة المفصل و هذا النوع من الإصابات ينتج نتيجة قوى كبيرة و عادة تكون خارجية تجبر المفصل إلى الاندفاع إلى مكانه الطبيعي المحدد. كما أن الخلع هو خروج العضم عن مكانه الطبيعي بمعنى خروج الأوجه المفصلية عن مطابقتها و ابتعادها و لذلك فهي تترافق بتمزق المحفظة التي تحيط بالمفصل و تتمزق الأربطة و الأنسجة و أحيانا العضلات التي تحيط بالمفصل، وحسب على مروش فإن الخلع نوعان:

-خلع تام وهو : ضياع العلاقات العادية بين عضمين بصفة تامة.

-خلع غير تام : وهو بقاء العلاقات المفصلية محتفظة جزئيا

3-4-أسباب حدوث الإصابات: تتعدد أسباب حدوث الإصابات حيث هناك نوعين داخلية منها و خارجية.

3-4-1-أسباب الداخلية:

-الإرهاق و التعب الناتج عن التدريب المكثف و الغير العلمي ، وجهود متواصلة من غير فترة الراحة.

- نقص التسخين ملائم بطريقة علمية قبل البدء في النشاط الرياضي البدني.

- عدم محاولة القيام بجهد بدني قوي و غير متوازن مقارنة مع الإمكانيات البدنية الموجودة

- تحضير البدني غير كافي.

- الحالة النفسية الغير جيدة التي يتواجد عليها التلميذ

- عدم مراعاة القدرات البدنية و الفيزيولوجية للتلميذ.

- احترام مبدأ السن و الجنس.

- قدرة الاستيعاب كل تلميذ و هذا يدخل في الفروق الفردية للتلميذ.

3-4-2-الأسباب الخارجية:

- عدم احترام الإرشادات و النصائح و التوجيهات.

- ضرورة التعرف على الأخطار الموجودة في الميدان.

- ضرورة التعرف على الأخطار الموجودة في الميدان.

- الأحذية الغير متعود عليها لممارسة النشاط البدني.

- أرضية الميدان غير الصالحة للممارسة.

- سوء الأحوال الجوية الغير ملائمة للقيام بالنشاط البدني.

- عدم صلاحية الأجهزة و الوسائل المستعملة.

- عدم التوازن الغذائي.

- خطأ مهني في خطة الدرس التربوية البدنية و الرياضية

¹ - محمود حنفي مختار، المدير الفني لكرة القدم، مركز الكتب و النشر، القاهرة، 1998.

3-5-تعريف الإسعافات الأولية: الإسعافات الأولية هي رعاية و العناية أولية و مؤقتة للجروح،الكسور، نوبات المرض المفاجئ...الخ حتى يتم تقديم الرعاية الطبية المختصة و يوجد نوعان من الإسعافات الأولية:

- إسعافات أولية نفسية.

- إسعافات أولية تطبيقية.

كما إن هناك من يعرفها على أنها ما تقدم للمصاب أو المريض بمرض مفاجئ من مساعدة حتى وصول الخبرة الطبية أو لحين نقله إلى المستشفى و يعرفونها فريق الهلال الأحمر الجزائري على أنها جملة من المساعدات و المعالجات و العناية الفورية و المؤقتة قبل وصول الإسعاف أو الطبيب.

3-6-المبادئ الأساسية للإسعافات الأولية: تعد الإسعافات الأولية من أولويات اللجنة الدولية للصليب و الهلال و الأحمر حيث تتميز بسبع مبادئ أساسية وهي¹:

3-6-1-الإنسانية: لقد انبثقت حركة الدولية للصليب و الهلال الأحمر عن الرغبة في إغاثة جرحى الحروب دون التمييز بينهم ، و هي تواصل جهود على الصعيدين الدولي و الوطني للوقاية و التخفيف من الآلام الإنسان و الحماية و الصحة و ضمان احترام الكرامة الإنسان و تعزيز التقاهم و التعاون و السلام الدائم بين جميع شعوب العالم.

3-6-2-عدم التحيز: إن الحركة الدولية للصليب الأحمر و الهلال لا تميز بين القوميات أو الأجناس أو الديانات أو العقائد السياسية فهي لا تهدف إلا إزالة معاناة الإنسان و تعطي الأولوية للحالات التي تتطلب عملا عاجلا.

3-6-3-الحياد: الاحتفاظ بثقة الجميع ، تمتع حركة الصليب و الهلال الأحمر عن الاشتراك في أية أعمال عدائية أو في أي مجالات متعلقة بالمسائل السياسية ، العرقية، الأيديولوجية.

3-6-4-الاستقلالية: أن حركة الصليب و الهلال الأحمر مستقلة، ورغم أن الجمعيات الوطنية تعمل كأجهزة مساعدة للسلطات العمومية ، عكس الحركة فعليها أن تحافظ على استقلاليتها حتى تستطيع أن تتصرف بموجب مبادئ الحركتين في جميع الحالات .

3-6-5-الطابع التطوعي: أن الحركتين الصليب و الهلال الأحمر للإغاثة التطوعية لا تسع لتحقيق أي فائدة أو ربح.

3-6-6-الوحدة: لا توجد أكثر من جمعية واحد للصليب و الهلال الأحمر في كل بلد و يجب أن تكون خدماتها متوفرة و متاحة للجميع و شاملة لكافة أنحاء القطر.

¹ - مرجع من الانترنت ، الإسعافات الأولية. google

3-6-7-العالمية: أن الحركة الدولية للصليب و الهلال الأحمر حركة عالمية ، تتمتع في ضلها كل الجمعيات بنفس الحقوق و تلتزم بالتعاون فيما بينها.

3-7-الشروط التي يجب أن تتوفر في الأستاذ المسعف:

هناك شروط يجب أن تتوفر لدى الأستاذ المسعف أثناء تخله عند حدوث الإصابة وهي :

- هدوء الأعصاب.

- سرعة البديهة و سرعة التصرف.

- الثقة بالنفس و الشجاعة دون اضطراب انعكاس ذلك على المصاب بطمأنينته و تبسيط الأمور له و نزع التو
ترمنه.

- الإطاحة بما ينبغي عمله.

- عدم تعريض النفس للخطر.

3-8-ما يجب الامتناع عن عمله أمام المصاب:

عند حدوث الإصابة ما يجب الامتناع عن عمله هو :

- محاولة إنهاض المصاب .

- أخذه إلى المستشفى دون تثبيت.

- أن تنسى البحث عن أضرار أخرى بعد العثور على الأول.

- أن تنسى القيام بالإسعافات الأولية النفسية .

3-9-الإسعافات الأولية النفسية: وهي ذات أهمية قصوى في بعض الحالات لا نجد ما نقدمه للمصاب غلا

الإسعافات النفسية التي بواسطتها تفشل أو تنجح في إنقاذ أو مساعدة المصابين و التبسيط نقدم هذه النصائح
التالية:

- تهدئة الآلام حسب الاستطاعة، مثل طمأنينة المصاب في حالة مبالغ فيها.

- عدم لوم المصاب لما حدث أو لصديقه.

- تأكيد له أن الجرح الأليم ليس خطير.

- أن أصعب فترة قد مرت بسلام.

- انك بعيد عن الخطر يهددك.

- إن الطبيب قادم في أسرع وقت أو ستصل إلى المستشفى.

3-10-10- الإسعافات الأولية التطبيقية:**3-10-1- كيفية إسعاف الجروح:**

أول ما يقوم به الأستاذ هو الحماية (حماية اليدين و المصاب) ثم يقوم بتنظيف مكان الجرح بواسطة بيتادين، اكسيجين، مطهر أو الماء و الصابون أو الجافيل...الخ. ويكون التنظيف سطحي من الداخل إلى الخارج ثم وضع ضمادة على الجرح.

3-10-2- كيفية إسعاف النزيف:

- أولاً حماية النفس ثم حماية المصاب ثم بإيقاف النزيف كالتالي:
- نزيف الأنف نقوم بالضغط على الفتحة التي ينزف منها الدم، وفي حالة ما يكون النزيف في الفتحين يتم الضغط عليهما معا.
- عند نزيف أحد الأطراف العلوية نقوم بالضغط الموضعي أي الضغط في مكان الجرح، وفي حالة عدم توقف النزيف نقوم بالضغط عن بعد في نقطة الترقوة.
- أما الطرف السفلي نفس الشيء للضغط الموضعي و في حالة عدم توقف النزيف نلجأ إلى الضغط عن بعد في نقطة طية الفخذ و يكون المصاب مسترخي.
- على مستوى الرقبة يكون إيقاف النزيف على مستوى الوريد بواسطة الإبهام.
- وفي حالة وجود عدد أكبر من النزيف نقوم باستعمال الرباط le garou.

3-10-3- كيفية إسعاف ضربة شمس: يجب على الأستاذ في هذه الحالة أو الإصابة أن ينقل التلميذ إلى مكان مظل ثم يضع منشفة مبللة في الجبهة و الرقبة و وراء الرقبة أو على مستوى الصدر حتى زوال درجة الحرارة ثم نقله إلى المستشفى.

3-10-4- كيفية إسعاف فقدان الوعي و التلميذ يتنفس: عند فقدان الوعي لدى إحدى التلاميذ وهو يتنفس يجب على الأستاذ أن يقوم بالحماية و الملاحظة و حل كل الأربطة (العنق ، الرجل، الحزام...الخ) ثم القيام بوضعية الجانبية الأمنية (PLS) حيث يكون التلميذ في راحة و أمان وهو يتنفس طبيعياً.

3-10-5- كيفية إسعاف إصابة فقدان الوعي و التلميذ لا يتنفس مع وجود نبضات القلب: بعد الحماية و حل الأربطة و التبليغ ، يجب تنظيف فم المصاب من الداخل و الخارج القيام بالتنفس الاصطناعي أي إعطائه 12 نفخة إلى 15 نفخة حتى يستعيد التنفس.

3-10-6- كيفية إسعاف إصابة فقدان الوعي مع توقف القلب: الحماية و التنظيف و التبليغ بعدها نسترخي التلميذ المصاب و نقوم بالنفختين ثم تدليك القلب 30 ذلك على 5مرات نفس العمل مع مراقبة للنبضات القلب، و عدم التوقف حتى وصول الإسعاف أو الطبيب.

3-10-7- كيفية إسعاف التشنجات العضلية: تعد إصابة التشنج العضلي من الإصابات الأكثر عرضة للتلاميذ في المرحلة الثانوية لهذا عند حدوث الإصابة يجب على الأستاذ أن يمدد العضلة المشنجة تمديدا صحيحا و مستقيما حتى زوال هذا التشنج ثم ترك التلاميذ في راحة لبضع دقائق .

3-10-8- كيفية الإسعاف الالتواء: هذه الإصابة كثيرة الحدوث في الثانوية فعند حدوث التواء الأربطة يكون إسعافها بوضع الجليد على مكان الضرر ثم تثبيت و راحة التامة.

3-10-9- كيفية إسعاف التمزق العضلي: عند حدوث تمزق عضلي يجب على الأستاذ ان يضع مئانة الجليد ثم الذهاب به إلى طبيب مختص.

3-10-10- كيفية إسعاف الخلع: يعتبر الخلع من أخطر الإصابات التي يتعرض لها التلاميذ فإن لم الأستاذ بتخفيف الآلام و معرفة دقيقة لإسعاف الإصابة قد تأتي إلى كارثة صحية للتلميذ عند حدوث خلع لإسعاف الإصابة قد تأتي إلى كارثة صحية للتلميذ.

- عند حدوث خلع سواء في المفاصل العلوية أو السفلي يقوم بعملية التثبيت مثال:
- عند خلع الكتف يجب على الأستاذ أن يثبت اليد مع الجسم في الوضعية التشريحية و لا يقوم بأي فعل حتى وصول الإسعاف أو الذهاب إلى المستشفى.

- ينصح عند حدوث خلع عدم ممارسة دور الطبيب بحيث الكتف إلى مكانه.

3-10-11- كيفية إسعاف الكسور:

تعتبر هذه الإصابة الأكثر شيوعا في دور التدريب في التعليم الثانوية وهذا راجع إلى عدة أسباب مختلفة فالكسور كما نعرفها أنواع مفتوحة، مغلقة، معقدة.

- عند حدوث كسر مغلق في كلا الأطراف السفلية و العلوية نقوم بتثبيت الطرف المكسور حيث يستحيل على الطرف المصاب التحرك و التسبب في أضرار أخرى كما التثبيت يقلل من الألم و توسيع الكسر في حالة نقله إلى المستشفى يكون التثبيت كالتالي:

- كسر في عظم الفخذ تثبيت الجذع مع الركبة.

- كسر في الرجل تثبيت العرقوب و الركبة.

- كسر في مقدمة اليد المرفق مع اليد.

- كسر في الكتف تثبيت الكسر بواسطة خمار، قماش... الخ *echape contre echape*

أما عند حدوث كسر مفتوح أو معقد يجب أن:

- يبقى التلميذ في مكانه، ثم تغطيته و التبليغ و التثبيت على وضعية الراحة ويكون فيها مسترخيا

3-11- أهمية الإسعافات الأولية: تكمّل أهمية الإسعافات في مايلي:

- الحد من تداعيات الجرح أو الإعاقة.
- تدعيم الحياة في الحالات الحرجة.
- تنمية روح المساعدة في الآخرين.
- فالشخص الذي يقوم بتقديم الإسعافات هو الشخص العادي لا يشترط أن يكون في مجال الطب و إنما تتوفر لديه المعلومات التي تمكنه من إنقاذ حياة المريض أو المصاب.
- تقديم المساعدات الأولية.
- انقاذ حياة التلميذ أو المصاب.
- التخفيف من حدة المرض.
- الطمأنينة و تقديم الإسعافات النفسية.
- التخفيف و الوقاية من الأخطار الأخرى.
- تقادي الضرر و كثرة ألم.

3-12- علبّة الإسعافات الأولية:

يعتبر صندوق الإسعافات الأولية ضروري في كل المؤسسات التربوية كما يجب أن يحتوي على:
رباط ضاغط ضمادات اسطوانية، رباط أو عصابات مثلث، قطن طبي معقم، ضمادات لاصقة، لفائف، ملقط مطهر، دبابيس الأمان، ترمومتر، مقص، سوائل التطهير.

خلاصة:

لقد تطرقنا في هذا الفصل إلى تعريف الإصابات الرياضية وأنواعها وأعراضها وطرق العلاج بالإضافة إلى أهم القواعد الأساسية التي يمكن استعمالها في علاج الإصابات الرياضي التي يتعرض إليها معظم اللاعبين سواء كانت في التدريبات أو المنافسات الرياضية كما تطرقنا إلى أهم طرق ووسائل التي يمكن أن تستعمل قبل التدريبات ، وذلك لتجنب الإصابات الرياضية حتى لا تؤثر على الجانب الصحي والمستوى الرياضي للاعبين إضافة لذلك أهم قواعد الإسعافات الأولية التي يقوم بها الأستاذ والمدرّب فور وقوع الإصابة داخل الملعب وذلك للحد من خطورتها حتى لا تعود بالسلب على اللاعبين، فإسعاف المصاب في الدقائق الأولى من إصابته بطريقة علمية صحيحة تنقذ حياة المصاب وتدفع خطر الموت وتسهل في شفائه.

الفصل الرابع

تمهيد :

المراهقة هي مرحلة تستحوذ على اهتمام كثير من الناس ، فهي تهتم المراهقين أنفسهم ليفهموا انفسهم وتهتم الآباء والمعلمين ليعرفوا كيفية التعامل معهم.

وهي مرحلة تغير كلي وشامل وليست أزمة نمو ، وهي تنقل المرء من فترة الطفولة إلى مرحلة الشباب والنضج ، وتشمل تغيرات كبيرة وسريعة في كافة مجالات النمو البدني و الجنسي و العقلي و العاطفي و الاجتماعي يعبر بعض المراهقين هذه المرحلة بهدوء ويستطيعون التكيف مع التغيرات الداخلية ومتطلبات الاسرة والمجتمع ، لكن البعض الآخر يمر بأزمات داخلية و صراعات مع المجتمع

تمر هذه المرحلة في المجتمعات الريفية بهدوء بينما لا يكون الأمر كذلك في المجتمعات المتحضرة مادياً. تمتد المراهقة عادة ما بين 12 - 20 سنة على تفاوت بين الافراد وعلى تفاوت بين الجنسي حيث تسبق الفتاة الفتى قليلاً.

4-1- تعريف المراهقة :

المراهقة هي تلك الفترة التي تتبع الطفولة والتي تبدأ مع أول إشارات الاحتلام وتتنحصر بين 12-20 سنة¹. نرى أن هذا التعريف أشار فقط إلى مظاهر الاحتلام أي الجانب الفسيولوجي والجسمي فقط ، إنما هناك عوامل أخرى منها الاجتماعية والنفسية والتي نجدها في تعريف "ستانلي هول" إذ يقول "المراهقة فترة عواطف وتوتر وشدة تكشفها الأزمات النفسية وتسودها المعاناة والإحباط والفراغ والمشاكل وصعوبة التوافق"² في هذا التعريف أهمل " ستانلي هول" جوانب أخرى تميز المراهقة وركز فقط على الجانب العاطفي للتغيرات النفسية بالإضافة إلى كون المراهقة لا تنحصر بالضرورة في الأزمات والصراعات كما يراها ستانلي هول . أما "مارغريت ميد" فتقول : "أن ما يصادفه الفرد من عواطف وتوترات وشدة إنما يرجع إلى عوامل الإحباط المختلفة التي يتعرض لها في حياته داخل الأسرة والمدرسة في التجمع كله ، والمراهقة هي مرحلة نمو عادية لا تتخللها أي أزمات مادام هذا النمو ساريا في مجراه الطبيعي³ ، ويعرف " أحمد زكي صالح" (1972) المراهقة بأنها "مرحلة نمو معينة تبدأ بنهاية الطفولة وتنتهي بابتداء مرحلة النضج أو الرشد "⁴ ، أنها مرحلة نهائية أو الطور الذي يمر فيه الناشئ نحو بدأ النضج الجسمي والعقلي والاجتماعي .

ونجد "ليتري" (1973) يشير إلى أنها : "المرحلة التي تلي الطفولة والتي تظهر فيها علامات البلوغ، وهذه الأخيرة هي الفترة التي يميل فيها الفرد إلى النضج الجسمي وقد يتم هذا التدرج في فترة طويلة وقد لوحظ أن الإناث تصلنا إلى مرحلة النضج في سن مبكر عن الذكور وبمدة تبلغ نحو العامين⁵ بهذا فهي الفترة التي فيها الانتقال التدريجي نحو النضج البدني والجسمي والعقلي والنفسي . أما نفسيا فهي مرحلة انتقال من طفل يعتمد كل الاعتماد على الآخرين إلى راشد مستقل يتكيف بذاته ، وفترة المراهقة حسب "ايستر Eisster" فترة زوايع وعواطف نفسية.

حيث أن التكوين النفسي للطفل يزوب أثناء المراهقة وهذا يؤدي إلى أحداث خلل واضطرابات على المستوى الشخصي للطفل⁶ ، أما بيولوجيا فهي تبدأ بنهاية مرحلة الطفولة والتي يقابلها سن 12 سنة وتنتهي بالدخول في مرحلة الرشد (18- 12) سنة

4-2- طبيعة المراهقة:

المراهقة هي مرحلة من مسار الحياة موجودة بين سن الطفولة وسن الرشد ، ومن الناحية البيولوجية هي تلك المرحلة التي تبدأ من بداية اكتمال العظام أما من الناحية النفسية الاجتماعية فهي مرحلة انتقالية يعبر فيها الفرد من الطفولة إلى الرشد ، وقد عرفها "حامد عبد السلام زهران" بأنها "فترة نمو شامل ينتقل خلالها الكائن البشري من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد"⁷

¹ - محمد عماد الدين إسماعيل ، النمو في مرحلة المراهقة ، ط1 ، دار العلم ، الكويت ، سنة 1982 ، ص19 .

² - نفس المرجع السابق ، ص

³ - عبد الرحمان محمد عيسوي ، معالم علم النفس ، دار النهضة العربية ، سنة 1984 ، ص79 .

⁴ - محمد عيسوي ، معالم علم النفس ، دار النهضة العربية ، سنة 1984 ، ص79

⁵ - عبد الرحمان محمد عيسوي ، معالم علم النفس ، المرجع السابق .

⁶ محمد عماد الدين إسماعيل ، النمو في مرحلة المراهقة ، ط1 ، دار العلم ، الكويت ، سنة 1982 ، ص20 .

⁷ - عبد الرحمان محمد عيسوي ، معالم النفس ، المرجع السابق ص79

حيث يفقد الطفل توازنه الجسمي والعقلي وتظهر عليه تغيرات عضوية عميقة وتعطي للجسم صفة أخرى وقوى أخرى ويترك الطفل ألعابه القديمة الطفولية ، وتظهر لديه أحلام اليقظة التي قد تعرقل أحيانا العمل المدرسي ، والمراهقة هي مرحلة حرجة حيث يكون فيها المراهق حساس إلى حد كبير حيث يواجه مواقف جديدة عليه ، وأحيانا تكون مخيفة ، دون أن تكون لديه خبرة لمواجهة هذا الموقف ، ويعتقد "ستالي هال STANLY HALL " أن " من طبيعة المراهق أن يتأرجح بين النقص والنقيض من الحالات النفسية حيث يميل إلى انتقال من مزاج إلى آخر في وقت قصير وهذا ما يعرف بأزمة المراهقة"¹

من خلال ما سبق يتضح أن المراهقة هي منعطف خطير في حياة الإنسان لها خصوصيات عديدة تميزها : منها الخصائص الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية والفسولوجية ، والتي سنتطرق إليها بالتفاصيل فيما بعد .

4-2-1 أهم النظريات التي تفسر المراهقة :

4-2-1-1 - "نظرية ستانلي هول" :

إن نظرية ستانلي هول تعتبر أن المراهقة هي عبارة عن مرحلة التغير الشديد أو ميلاد جديد مصحوب بالضرورة بنوع من الشدائد والمحن والتوترات وصعوبة التكيف في كل موقف يواجهه المراهق .

ويؤخذ عن هول مصطلح العواطف والتوتر حيث استعمله لما تتميز به فترة المراهقة من تعارض وتصارع لدى المراهق بين الإنسانية والمثالية القسوة والرقة والعصيان ، وتشير النظرية إلى إن الفرد يرث الخصائص البيولوجية خاصة بالجنس البشري إذ أنها تدخل في تركيب المورثات .

في آخر الدراسات التي قام بها "هول" لعمل الأجناس البشرية اتضح له أن المراهقة ظاهرة حضارية وثقافية وهذا يعني أنه تراجع في الأخير عن نظريته في المراهقة على أنها أزمة حتمية يمر بها كل فرد مهما كانت وضعيته وبيئته.

4-2-1-2 - "نظرية سيجموند فرويد" .

يشير أن الغريزة الجنسية تظهر وتتكشف لأول مرة عندما يصل المراهق إلى سن البلوغ ويضيف قائلا : " لقد علمتنا التجارب بأن عملية الإرادة الجنسية للجيل سوف تتم عندما يسعى الراشدون الكبار إلى فرض سيطرتهم وتعميق نفوذهم في نفوس أطفالنا بصورة مكبرة بالتدخل في حياتهم الجنسية قبل وصولهم إلى سن البلوغ بدلا من الانتظار والتريث حتى تنتهي العاصفة المدمرة " ، وهكذا ما ذهب إليه الدكتور " عبد الغني الديدي " على ان المراهقة مرحلة انفعالية وتناقضات سلوكية يحدث فيها النكوص إلى الطفولة ويظهر الصعاب بشكل لا بأس به²

4-2-1-3 - "نظرية جيزيل وعملية النضوج" :

ينفرد "جيزيل" من بين الآخرين بوصفه أصناف السلوك عبر مراحل فهو لا يقر الإشارة إلى المراهق بصفة عامة بل تحدد المراهقة بصفة عامة بل تحدد المراهقة في رأيه

¹ - حامد عبد السلام زهران ، علم النفس والنمو والمراهقة ، ط2، علم الكتب ، القاهرة سنة 1972 :ص390.

² - نوري الحافظ ، المراهقة و النمو - دار الفكر القاهرة 1996 ص29.

بالمفهوم الجسمي والعمليات الفطرية التي تسبب النمو والتطور المتزامن وبالقابلية على استنتاج وكذلك المراهقة حسب "جيزيل" هي الرحلة التي يتأثر فيها الفرد بعوامل فسيولوجية .

4-3-أنواع المراهقة : لقد قسم "صموئيل مغاربوس" المراهقة إلى أربعة أنواع:

4-3-1- المراهقة المكيفة:

يتسم هذا النوع من المراهقة بالهدوء والميل والاستقرار العاطفي والخلو من جميع التوترات الانفعالية السلبية وتتميز فيها علاقة المراهق بالآخرين بالحب والتفتح.

4-3-2- المراهقة الإنسحابية:

هي عكس المراهقة المكيفة، تتميز بالانطواء والعزلة والخجل والصفات الأخلاقية.

4-3-3 المراهقة العدوانية:

تتميز بتمرد المراهق على الأسرة والمدرسة والمجتمع وعدم التكيف والتحلي بالصفات للأخلاقية.¹

4-4-4- المراهقة المنحرفة:

يتميز فيها المراهق بالانحلال الخلقي والانهيار النفسي وعدم القدرة على التكيف وإيذاء الآخرين، فعلى الأستاذ أن يكون على دراية كاملة بهذه الأنماط للتعامل معها، وأنها تصادفه حتما في مشواره المهني أو الرياضي، وتتألف من ثلاثة أنماط أو أنواع هي:

4-4-4-1 المراهقة المبكرة:

تبدأ من (11-14) سنة حيث تصادف هذه المرحلة الطور الثالث، وتمتد من النمو السريع الذي يصاحبه البلوغ وحتى بعد البلوغ بسنة تقريبا أي عند إستقرار التغيرات البيولوجية الجديدة للفرد.

4-4-4-2 المراهقة المتوسطة:

تتراوح ما بين (16-18) سنة تصادف في الغالب الطور الثالث وسنتناول في هذا الفصل خصائص هذه المرحلة بالتفصيل.

4-4-4-3 المراهقة المتأخرة:

فيما يحاول المراهق تكيف نفسه مع المجتمع أي يعيش فيه محاولا التعرف على ضبط النفس وغالبا ما تمتد هذه المرحلة ما بين (18-21) سنة²، تؤثر على سلوكه وتترك انطباعات وآثار واضحة في شخصيته، والفكرة الرئيسية لدى "جيزيل" فيما يخص سيكولوجية المراهقة تدور حول النضج الذي يعرفها بأنها: "العملية الفطرية الشاملة للنمو للفرد وتكوينه وتعتدل وتتكيف عن طريق الغدة الوراثة للفرد.³

¹-محمد عماد إسماعيل، النمو في مرحلة المراهقة، ط1، لكويت، 1982، ص130.

²-رزيق معروف، خفايا المراهقة، دار الفكر العربي للطباعة، بيروت، 1986، ص17.

³-نوري الحافظ، المراهق، ط2، المؤسسة العربية للدراسات والنشر، الإسكندرية، 1990، ص29.

4-5-5- خصائص المراهقة:

4-5-1- النمو فسيولوجي :

في مرحلة المراهقة تنمو الأعضاء الجنسية وتصبح قادرة على أداء وظائفها في التناسل ، تتمثل هذه الأعضاء الجنسية في الخصيتين عند الذكر ، أما عند الأنثى تتمثل في المبيض ومن الناحية الفسيولوجية تظهر عند الأنثى عملية المحيض وهو ما يسمى بالعادة الشهرية ، أما عند الذكر فتظهر بعض المعالم الجنسية مثل تغيرات الصوت وظهور شعر العانة والشارب.¹

4-5-2- النمو الجسمي :

تزداد هذه المرحلة سرعة النمو بشكل ملحوظ وتستمر لمدة حوالي ثلاث سنوات (10-14) عند البنات و(12-16) عند البنين وذلك بعد فترة النمو الهادئ في المرحلة السابقة ، على أن النمو يستمر إلى حوالي 17 سنة عند البنات وإلى غاية 20 سنة عند البنين وتصل أقصى سرعة النمو الجسمي عند البنات في سن 12 سنة وعند البنين 14 سنة ويظهر النمو الجسمي خلال الزيادة في الوزن والطول والهيكلي العظمي ، اتساع الصدر والكتف وكذلك التغيرات في الحجم ، وهذه التغيرات في الحجم لها تأثير كبير على نفسية المراهق أكثر من التغيرات الفسيولوجية لأنها مظهر خارجي يلاحظها الناس كما يلاحظها

هو بنفسه، ويأخذ النمو في الطول نمطا منتظما فيصل الفتى إلى الطول الأقصى في حوالي سن 17 في المتوسط أما الفتاة فتصل إلى سن 15 في المتوسط² .

4-5-3- النمو العقلي:

يصبح المراهق قادرا على استخدام المفاهيم المجردة فيما يسمى بمرحلة التصور القبلي (أو التفكير المنطقي) حيث يستطيع استخدام الرموز في التفكير وإدراك النسبة والتناسب وبناء النتائج على مقدمات وتصل إليها والقياس المنطقي وقبول وجهة النظر المقابلة وفهم نظرية الاحتمال والتفكير الثانوي وهكذا تصبح المراهقة بداية صحيحة للتفكير الراشد .

ففي المراهقة المتأخرة يستطيع المراهق أن ينسلخ من مشاعره وأفعاله وإدراك نتائج سلوكه وأفكاره وهي مرتبطة بالنوم المعرفي المرتبط بالإحساس بالزمن وما يتعلق بالمستقبل والقدرة على افتراض موافق متعددة وتخيل نتائجها في عقله وهي جزء هام في التخطيط للمستقبل وفي التواصل مع الكبار وقبول توجيهه وتعد آراء رفاقه ويقارن رأيه بآرائهم ويحترم الكبار ويأخذ قراراته بعد التفكير³ .

لهذا فنرى أن النمو العقلي ذو أهمية كبيرة لدراسة المراهقة ليس لأنه أحد مظاهر النمو فحسب وإنما لمكانته العقلية التي تعتبر محددًا هامًا في تقييم قدرات المراهق واستعداداته ونفوراته العقلية نجد:

¹ - مصطفى غالب ، علم النفس التربوي في سنبل موسوعة نفسية ، ط1 منشورات مكتبة الهلال ، بيروت 1984 ، ص73

² - عبد الرحمن عيسوي، علم النفس النمو ، ط2، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية ، 1995 ، ص 36-37 .

³ - محمود عبد الرحمن حمودة ، الطفولة والمراهقة والمشكلات النفسية وعلاجها ، ط2 حقوق الطبع ميدان الاسماعلية ، مصر 1995 ، ص53.

4-5-3-1- التذكر:

تبنى هذه العملية على أساس الفهم والميل وتعتمد على قدرة الاستنتاج للعلاقات الجديدة بين موضوعات التذكر، كمن لا يتذكر موضوعاً إلا إذا فهمه ويرتبط بغيره من الخبرات.

4-5-3-2- الذكاء:

في مرحلة المراهقة ينمو الذكاء العام والذي يسمى القدرة العقلية العامة والاستعدادات والقدرات الخاصة، وتزداد قدرة المراهق على القيام بكثير من العمليات العقلية كالتفكير، التذكر والتعلم.¹

4-5-3-3- الانتباه:

يزداد المراهق في انتباهه على الأشياء وتحديد أوامره، فهو يستطيع أن يستوعب مشاكل معقدة في يسر وسهولة ويستطيع أن يلفت نظره لأدنى الأشياء.²

4-5-3-4- الميول:

يتضح الميول في المراهقة ويتصل بتمايز المظاهر العقلية للفرد ويعرف الميل بأنه شعور يصاحب انتباه الفرد واهتمامه بموضوع ما، وهو مظهر من مظاهر الاتجاه النفسي.³

4-5-3-5- التخيل:

يتسم خيال المراهق بأنه الوسيلة التي يتجاوز من خلالها حواجز الزمان والمكان وله وظائف عدة يمكن أن يحققها المراهق فهو إدارة ترويجية كما أنه مسرح لمطامع غير محققة.⁴

4-5-3-6- التفكير:

يتميز هذا التفكير بأنه أرقى من ذلك عند الطفل إذ أن التفكير عند المراهق يكون ذو أبعاد ومعاني يهدف من خلالها إلى البحث عن حلول لمشاكله.⁵

4-5-4- النمو الانفعالي:

إن فترة المراهقة هي فترة الزيادة الحادة للانفعالات والقلق والاضطرابات كما تتسم بتقلبات انفعالية عنيفة ومن العوامل المؤثرة في انفعالات المراهق صعوبة التكيف مع المتطلبات الجديدة في هذه المرحلة كما قد يكون للعوامل الاجتماعية دور بالغ الأهمية لان

الفرد يتعرض لضغوطات اجتماعية لم يتلقها إلا القليل من الإعداد والتوجيه له خلال مرحلة الطفولة.⁶

4-5-6- النمو الحركي:

يميل المراهق للهو والكسل في بداية مرحلة المراهقة كما أنه يفقد الدقة والتوازن، حيث يرى الباحثون أن المراهق لا يفقد نسبة في قدرته المركبة وتوافقه الحركي فإذا رأيناه في الملعب نجد أنه لم يفقد شيئاً في حركاته من أجل التقدم،

¹-عبد الرحمن عيسوي، معلم علم النفس، دار النهضة العربية، 1984، ص91-157.

²-أحمد زكي صالح، علم النفس التربوي، المرجع السابق، ص157.

³-محي الدين مختار، محاضرات علم النفس، ديوان المطبوعات الجزائرية، الجزائر، 1990، ص146.

⁴-محي الدين مختار، المرجع نفسه، ص150.

⁵-عبد الرحمن عيسوي، المرجع السابق، ص92.

⁶ - سعديّة محمد علي في سيكولوجية المراهق، ط1 دار البحوث العلمية الكويت 1980، ص86.

أما في الفترة (15- 16) سنة يصل المراهق إلى النضج في حركاته ويكون النشاط له دور كبير في هذه المرحلة لاكتساب التوافق الحركي كالرشاقة والتوازن، أما بالنسبة للإناث اللاتي يتوقف نشاطهن بسبب عدم الرغبة والميول لممارسة هذا النشاط.

4-5-7- النمو الاجتماعي:

تعتبر مرحلة النمو الاجتماعي من المراحل الحساسة التي يعيشها الفرد فيحقق كيانه الاجتماعي ويحس أنه قد أصبح له مكانة بين مجتمعه ومحيطه، فهو الآن يتطلع إلى اكتشاف علاقات واتجاهات جديدة ومختلفة، تجعل منه رجل مشاركاً في بناء مجتمعه ووطنه، فعلى المراهق في هذه المرحلة أن يسير وفق ما تمليه العادات والتقاليد السائدة في المجتمع الذي يعيش فيه، يفهم المسؤولية ويعالج وجهات النظر المختلفة بصورة موضوعية، وفي هذا الصدد يذكر "مصطفى غالب": "إن اكتساب الفرد لهذه العادات والاتجاهات هي شرط أساسي من شروط حصوله على التكيف الاجتماعي الذي يحققه للاستقرار والراحة النفسية ولذلك فإكتسابها بطريقة غير سوية يحول بينه وبين تحقيق أهدافه ويعرضه إلى بعض الأزمات ومشاعر التوتر والاضطرابات وعدم الاستقرار.¹

4-6- مشاكل المراهقة:

إن مشاكل المراهقة من المشاكل الرئيسية التي تواجه المراهقين في هاته الفترة، والسبب يعود إلى المجتمع نفسه والمدرسة والهيئات الاجتماعية والأسرة والنوادي وكل المنظمات التي لها علاقة بهذه الفئة لهذا سوف نتناول المشاكل التي يتعرض لها المراهق.

4-6-1 - المشاكل النفسية:

من المعروف أن هذه المشاكل تؤثر في نفسية المراهق وانطلاقاً من العوامل النفسية ذاتها التي تبدو واضحة فيتطلع المراهق نحو التجديد والاستقلال وثروته لتحقيق هذا التطوع بشتى الطرق والأساليب فهو لا يخضع لأمر البيئة وتعاملها مع أحكام المجتمع، والقيمة الخلقية والاجتماعية بل أصبح يفحص الأمور ويزنها بتفكيره وعقله وعندما يشعر المراهق بأن البيئة تتصارع معه ولا تقدر موقفه ولا تحس إحساسه الجديد، لذا فهو يسعى دون قصد بأن يؤكد لنفسه وبثورته وعناده فإذا كان كل من في المدرسة لا يفهمون قدراته ومواهبه، ولا تعامله كفرد مستقل، ولا تشبع حاجاته الأساسية في حين هو يحس بذاته وأن يعلم الكل بقدرته وقيمه.

4-6-2- المشاكل الاجتماعية:

إن النقص في التربية والتكوين يعود إلى المراهق، ففي المجتمعات البدائية كمجتمعات إفريقيا وآسيا البنت والرجل يتزوجان في سن مبكرة فتكون لهم مسؤوليات كبيرة كما تعتقد ان الأزمة أحياناً في المجتمعات تهمل مرحلة المراهقة ولا تعطى لها أهمية.

4-6-3- مشاكل الرغبات الجنسية:

من الطبيعي أن يشعر المراهق بالميل الشديد للجنس الآخر لكن التقاليد في مجتمعه تقف حائلاً دون أن ينال ما يبتغيه فعندما يفصل المجتمع بين الجنسين فإنه يعمل على تهذيب الدوافع الفطرية الموجودة عند المراهق اتجاه

¹مصطفى غالب، سيكولوجية الطفولة والمراهقة، المرجع السابق، ص167.

الجنس الآخر، وضبطها وقد يتعرض إلى انحرافات وغيرها من السلوكيات الأخلاقية بالإضافة إلى لجوء المراهقين إلى أساليب ملتوية لا يعرفها المجتمع كعكاسة الجنس الآخر، وللشعور بهم يقومون بأساليب منحرفة والانحلال من بعض العادات.

4-6-4-المشاكل الصحية:

إن المتابعة المرضية التي يتعرض لها الشباب في سن المراهقة هي السمنة إذ يصاب المراهقين بسمنة مفرطة مؤقتة ولكن إذا كانت كبيرة فيجب العمل على تنظيم الأكل والعرض على الطبيب الأخصائي فقد تكون ورائها اضطرابات شديدة للغدد، كما يجب

عرض المراهقين على الإفراد مع الطبيب للاستماع إلى متاعبه وهو في حد ذاته جوهر العلاج لأن المراهق يحس بأن أهله لا يفهمونه.¹

4-7- حاجات المراهقة :

يجمعها "حامد عبد السلام زهران" في ستة حاجات أساسية:

4-7-1- الحاجة إلى الأمن:

تنص الحاجة إلى الأمن الجسمي والصحة الجسمية والحاجة إلى الشعور بالأمن الداخلي، والحاجة إلى الفاء حي، والحاجة إلى تجنب الخطر والألم، الحاجة إلى الحماية عند الحرمان من إشباع الدوافع، والحاجة إلى المساعدة وحل المشكلات الشخصية.

4-7-2- الحاجة إلى الحب والقبول:

تتضمن الحاجة إلى التقبل الاجتماعي والحاجة إلى الأصدقاء والحاجة إلى الشعبية، الحاجة إلى الانتماء إلى جماعات، والحاجة إلى إسعاد الآخرين وهذا من شأنه أن يجعل المراهق أكثر فاعلية وإنتاجية لصالح جماعته.

4-7-3- الحاجة إلى مكانة الذات:

وتتضمن الحاجة إلى الانتماء إلى جماعة الرفاق، الحاجة إلى المركز والقيمة الاجتماعية، الحاجة إلى الشعور بالعدالة، الحاجة إلى الاعتراف من الآخرين، الحاجة إلى التقبل من الآخرين، الحاجة إلى النجاح الاجتماعي، الحاجة إلى الامتلاك والقيادة، الحاجة إلى المساواة مع الأفراد والزملاء في المظهر والملبس والمكانة الاجتماعية إضافة إلى الحاجة إلى تجنب اللوم.

4-7-2 - الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار:

تتضمن الحاجة إلى التفكير وتوسيع قاعدة الفكر والسلوك، الحاجة إلى تحصيل الحقائق وتفسيرها، الحاجة إلى التنظيم، الحاجة إلى الخبرات الجديدة، لإشباع الذات عن طريق العمل، الحاجة إلى النجاح والتقدم المدرسي والتعبير عن النفس والحاجة إلى السعي وراء الإثارة، الحاجة إلى التوجيه والإرشاد العلاجي والتربوي والمهني والأسري.

¹-محمد رفعت، المراهقة وسن البلوغ، دار المعارف، بيروت، 1974، ص220.

4-7-3- الحاجة إلى تحقيق وتأكيد وتحسين الذات:

تتضمن الحاجة إلى النمو، الحاجة إلى الولاء، الحاجة إلى التغلب على العوائق، الحاجة إلى العمل الهادف ومعارضة الآخرين، الحاجة إلى معرفة الذات وتوجيهها.¹

4-7-4- الحاجة إلى الإشباع الجنسي:

تتضمن الحاجة إلى التربية الجنسية، الحاجة إلى اهتمام الجنس الآخر وحبه، الحاجة إلى التخلص من التوتر، الحاجة إلى التوافق الجنسي، ويضيف "صموئيل مغاريوس" 1974 حاجة أساسية تتمثل في:

4-7-4-1 - الحاجة إلى تهذيب الذات:

تتمثل في ضبط الانفعالات والتحكم في الذات والقدرة على التحكم في سلوكه وتصرفاته لأن المراهقة هي مرحلة النضج الجنسي والحساسية المفرطة والارتباط والاضطراب.²

أما عباس "محمود عوض" 1980 يضيف حاجتين وهما:

4-7-4-1-1 - الحاجة إلى الاستقلال:

إن النضج الجسمي لدى المراهق هو من أسباب محاولته للاعتماد على نفسه والاستقلال في اتخاذ القرارات الخاصة بحياته ونتيجة لتعدد العلاقات الاجتماعية ومعارضة أوليائه بفرض السلطة وقد تجله يفقد التوازن في سلوكياته وردود أفعاله.

4-7-5- الحاجة إلى الانتماء:

إن رغبة المراهق في الاستقلال المادي والعاطفي عن الأسرة مرتبط برغبته في الانتماء إلى جماعات خارج إطار الأسرة والتي تتمثل في جماعة الأصدقاء (منظمة أو غير منظمة) وهذا نتيجة لتفتح ميول المراهق واتساع دائرة اهتمامه.³

4-8- علاقة وأهمية الممارسة الرياضة عند المراهق:**4-8-1 - الرياضة عند المراهق:**

في مرحلة المراهقة لا تصبح المهارة والتقنية هما الأساسيتين في الرياضة وإنما التلميذ المستعمل لها، أي الاهتمام بقدراته وإمكانياته وميوله التي تحدد نوع اللعب الرياضي الذي سوف يمارسه ولهذا فإن الرياضة تستدعي بعض الشروط حتى يمكن للفرد القيام بها والتدريس في الأمر الأبجدي جاء لمراعاة المتعلمين بالدرجة الأولى مما يجعلهم يحبون النشاط الرياضي، ويميلون إليه لتفجير طاقتهم وشحناتهم.⁴

كما أن الرياضة تؤدي إلى تغيرات فسيولوجية ونفسية بحيث توفر نوعاً من التداوي الفكري والبدني وتزودهم بالمهارات والخبرات الحركية ونشاطات ملموسة وأكثر رغبة في الحياة، كما أن الرياضة تعمل على صقل المواهب

¹-حامد عبد السلام زهوان، علم النفس والطفولة والمراهقة، المرجع السابق، ص401-402.

²-صموئيل مغاريوس، الصحة النفسية والعمل المدرسي، ط2، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، 1974، ص57.

³-عباس محمود عوض، علم النفس العلم، دار المعارف الجامعية، الإسكندرية، 1987، ص167.

⁴-محمد حسن علاوي، سيكولوجية النمو للمربي الرياضي، ط، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998، ص127-128.

وتحسين القدرات الفكرية وممارستها بصفة دائمة ومنتظمة تؤدي إلى ابتعاد التلميذ عن الكسل، وتتهيئ الإحساس بالملل والضجر وتملئ وقت فراغه الذي يضيعه في أشياء تافهة.¹

4-8-2- علاقة المراهق بالممارسة الرياضية:

لكل فرد في المجتمع دوافع وأسباب واضحة للقيام بعمل ما ولقد حدد العلماء والباحثين أهم الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي وقسموها إلى نوعين أساسيين:

4-8-2-1- الدوافع المباشرة:

- الإحساس بالرضي والإشباع بعد نشاط عضلي يتطلب جهدا ووقتا خاص عند تحقيق النجاح.

- المتعة بسبب رشاقة ومهارة وجمال الحركات كما في الجمباز والتزلج.

- الشعور بالارتياح كنتيجة للتعب على التدريبات الصعبة والشاقة والتي تتطلب المزيد من الشجاعة والإرادة.

- الاشتراك في المنافسات الرياضية والتي تعتبر ركن هام من أركان النشاط الرياضي.

- تسجيل الأرقام والبطولات وإحراز الفوز.²

4-8-2-2- الدوافع غير المباشرة:

- محاولة اكتساب الصحة واللياقة البدنية عند ممارسة النشاط الرياضي.

- ممارسة النشاط الرياضي لإسهامه في رفع قدرة الفرد على العمل وإنتاجية الوعي بالشعور الاجتماعي الذي يقوم

به الرياضي إذ يرى الفرد بانتمائه إلى النوادي الرياضية أنه يمثلها رياضيا واجتماعيا.

كما قام المفكر الباحث "محمد حسن علاوي" بالتعرف على النشاط الرياضي لأصحاب المستويات العالمية من الذكور

والإناث، فاختار عينة عشوائية من لاعبين ولاعبات وتمثلت دوافعهم فيما يلي:

- نمو الشخصية.

- التمثيل الدولي.

- تحسين مستوى الرياضي البدني واكتساب نواحي عقلية ونفسية.

- اكتساب سمات خلقية.

- التشجيع الخارجي.³

4-8-3- علاقة المراهق بالثانوية:

يعتبر الطور الثانوي منعرج حاسم في حياة التلميذ وهذا ما يخفيه من سلوكيات وأعمال يؤديها التلميذ في مختلف

سنوات هذه المرحلة من التحصيل الدراسي حيث تميل سلوكياته نحو الأشياء التي يجذب إليها بدون أن يشعر أنها

بكل بساطة المراهقة وما تخفيه من علاقة مباشرة مع التلميذ وهذا نظرا لسنه الذي يساير أوجه المراهقة وحدتها في

التأثير عليه.⁴

¹-مخائيل إبراهيم أسعد، مشكلات المراهقين في المدن والريف، ط1، دار المعارف، القاهرة، 1971، ص147.

²-محمد حسن علاوي، سيكولوجية النمو للمربي الرياضي، المرجع السابق، ص366.

³-محمد حسن علاوي، سيكولوجية النمو للمربي الرياضي، مرجع سابق، ص367.

⁴-بوثلجة غيات، أهداف التربية وطرق تحقيقها، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1984، ص37.

4-9- المراهقة وحصة التربية البدنية والرياضية:

يتفق "ريتشارد أولرمان" 1983 مع "فرويد" في اعتبار اللعب والنشاط الرياضي كمخفض للقلق إذ هو وليد الإحباط وهذا الأخير من شأنه أن يعرف الطاقة الغريزية للهو ، ففي طريق اللعب يمكن للطاقة الغريزية أن تتحرر بصفة اجتماعية مقبولة أو يستطيع المراهق حل أو على الأقل التحكم في صراعاته اللاشعورية المرتبطة بمرحلة الطفولة وبالتالي التحكم في ذاته وفي الواقع يفضل اللعب والنشاط الرياضي يتمكن المراهق من تقييم وتقويم إمكاناته الفكرية والعاطفية والبدنية ومحاولة تطويرها باستمرار كما تسمح له بالانفصال المؤقت عن الواقع بحثا عن صدا واقعي لهوامه في عالم الأشياء وعالم الأشخاص.

كما يرى "مينجر Menniger" 1924 أن اللعب والرياضة من أنماط الصراع الرمزي الذي يرتكز أساسا على العدوانية المنظمة والمقبولة اجتماعيا، كما أن الضغط الذي تولده النزوات الجنسية والعدوانية يمكن التحكم فيها وتوجيهها بفضل الممارسة الرياضية باعتبارها الوسيلة المقبولة اجتماعيا والطريقة الوحيدة التي تمكن المراهق من إثبات ذاته وتكوين هويته، والتحكم في انفعالاته وبالتالي الاندماج قصد التكيف الاجتماعي، ومن خلال ذلك تستطيع حصة التربية البدنية والرياضية أن تساهم في تحسين القدرات العقلية، وذلك بإيجاد منفذ سليم للعواطف وخلق نظرة متفائلة جميلة للحياة وتنمية حالة أفضل لأمن الصحة الجسمية والعقلية.¹

فحصة التربية البدنية والرياضية تمكن المراهق من تجاوز الحوار اللغوي إلى اللغة الجسدية التي تسهل له التعبير المطلوب عن مكوناته السيكوفسيولوجية، حيث أن جزء كبير منها همشته مادية الحضارة فعن طريق الحركة يتجاوز المراهق جميع القوانين والتقنيات والمحرمات التقليدية المفروضة وبذلك يحاول تجاوز الواقع، وبمعنى آخر تحدث قطيعة إيجابية مع الحياة اليومية الروتينية (الإيجابي) حيث يتجه نحو الرياضة، والسلبى حيث يتجه نحو المخدرات والجرائم.²

فالرياضة هنا تعد عامل هام في بناء الأخلاق القومية وتقتل عناصر الجريمة، كما تعتبر الوسيلة الأرقى لتحقيق دوافع المراهق وحاجاته.

4-10- علاقة المراهق بأستاذ التربية البدنية و الرياضة:

علاقة الأستاذ بالتلاميذ تلعب دورا أساسيا في بناء شخصية المراهق لدرجة أنه يمكن اعتبارها النتاج الموصل إلى نجاح الموقف التعليمي أو فشله، إذ يعتبر التلميذ مرآة عاكسة يعكس حالة الأستاذ المزاجية واستعداده وانفعالاته فإن هو أظهر روح التفتح للحياة والاستعداد للعمل بكل جد وعزم فإننا نجد نفس الصفات عند التلميذ، فإذا كان المعلم يميل إلى السيطرة ويستعمل القوة في معاملته للتلاميذ فالنتيجة التي يجنيها المعلم تكون حتما سلبية حيث يميل التلاميذ إلى الانسحاب الوحدة وإلى العدوان والانحراف.

أن العلاقة بين التلميذ والمعلم ليست أمرا هينا وبسيطا كما يتصوره البعض، إذ أن النجاح أو الفشل في هذه العلاقة مرتبط ارتباطا وثيقا بمجموعة من العوامل .

¹-علي سليمان، الوظيفة الاجتماعية للمدارس، ط1، دار الفكر العربي، بيروت، 1996، ص37.

²-عادل خطاب كمال زكي، التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية، دار النهضة العربية، القاهرة، 1965، ص20.

خلاصة :

يجب على الأهل استثمار هذه المرحلة إيجابياً، وذلك بتوظيف وتوجيه طاقات المراهق لصالحه شخصياً، ولصالح أهله، وبلده، والمجتمع ككل. وهذا لن يتأتى دون منح المراهق الدعم العاطفي، والحرية ضمن ضوابط الدين والمجتمع، والثقة، وتنمية تفكيره الإبداعي، وتشجيعه على القراءة والإطلاع، وممارسة الرياضة والهوايات المفيدة، وتدريبه على مواجهة التحديات وتحمل المسؤوليات، واستثمار وقت فراغه بما يعود عليه بالنفع .

ولعل قدوتنا في ذلك هم الصحابة _رضوان الله عليهم_، فمن يطلع على سيرهم يشعر بعظمة أخلاقهم، وهيبة مواقفهم، وحسن صنيعهم، حتى في هذه المرحلة التي تعد من أصعب المراحل التي يمر بها الإنسان أخلاقياً وعضوياً وتربوياً أيضاً.

الجانب النطيفي

الفصل الخامس

تمهيد:

بعد دراستنا للجانب النظري سنحاول في هذا الجزء الإلمام بموضوع بحثنا و دراسته دراسة ميدانية، حتى نعطيه منهجية علمية حيث أن البحوث العلمية عموماً تهدف إلى الكشف عن الحقائق، حيث تكمن قيمة هذه البحوث في التحكم في المنهجية المتبعة فيها، و مصطلح المنهجية يعني «مجموعة المناهج والطرق التي تواجه الباحث في بحثه، و بالتالي فإن الوظيفة المنهجية هي جمع المعلومات، ثم العمل على تصنيفها و ترتيبها و قياسها و تحليلها من اجل استخلاص نتائجها و الوقوف على ثوابت الظاهرة المراد دراستها»¹.

بهدف توضيح الطرق التي تم اعتمادها في تصنيف و ترتيب و قياس و تحليل المعلومات التي تم جمعها في الجانب النظري تناولنا في هذا الفصل الدراسة الأساسية من حيث المنهج العلمي المستخدم في هذه الدراسة كما قمنا بضبط متغيرات الدراسة و حصر مجتمع البحث والعينة التي قمنا باختيارها و الطريقة التي تم اعتمادها في تحديد حجم العينة و قمنا أيضاً بتحديد مجالات البحث و اختيار الأداة المستخدمة في الدراسة، حيث تطرقنا الى الشروط العلمية التي يجب أن تتوفر في أداة البحث من صدق و ثبات و موضوعية، وكيفية تطبيق الإجراءات الميدانية و تطرقنا الى الأساليب الإحصائية التي اعتمدنا عليها في تحليل المعطيات التي جمعناها.

¹فريدريك معتوق-معجم العلوم الاجتماعية. أكاديمية بيروت. لبنان. 1998. ص213.

1-1- الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولى التي تساعد الباحث في القاء نظرة عامة حول جوانب الدراسة الميدانية لبحثه حيث قمنا بدراسة استطلاعية لثانويات دائرة سور الغزلان قصد الاطلاع عن قرب عن خفايا الموضوع وإثرائه مع بعض الأساتذة من أجل التأكد من ملائمة مكان الدراسة للبحث و ضبط العينة التي ستجرى عليها الدراسة. الخطوات يمكن حصرها في مايلي:

- الوقوف على الصعوبات والمعوقات التي قد تعترض الباحث خلال الدراسة الاساسية
 - إلقاء نظرة حول واقع سير العملية التربوية ، ومعرفة الأسس التي تبنى عليها الوحدات التعليمية.
 - إعداد الوثائق الادارية من أجل إضفاء الصسغة القانونية لإجراء هذه الدراسة.
- الدراسة الأساسية:**

1-2- المنهج العلمي المتبع:

إن مميزات البحث العلمي أن له عدة مناهج و المنهج المتبع هو الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته المشكلة لاكتشاف الحقيقة, أي أنها مجموعة من القواعد التي يتم وضعها قصد الوصول إلى نتائج. في مجال البحث العلمي يعتمد اختيار المنهج السليم والصحيح لكل مشكلة بحث بالأساس على طبيعة المشكلة، فموضوع بحثنا يتمثل في « أهمية تكوين أستاذ التربية البدنية والرياضية في الإسعافات الأولية لتجنب تفاقم الإصابة لدى تلاميذ الطور الثانوي ».

اعتمدنا على المنهج الوصفي كونه يناسب دراسة بحثنا، الذي يعتمد على جمع البيانات الميدانية (جمع المادة العلمية من عينة البحث).

المنهج الوصفي هو طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أهداف محددة إزاء مشكلة ما يعتبر المنهج الوصفي طريقة لوصف الظاهرة المدروسة وتصويرها كميًا عن طريق جمع معلومات دقيقة عن المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة.

استقصاء ينص على ظاهرة من الظواهر التربوية أو التعليمية على ما هي عليه وإيجاد العلاقة على ما بينها و بين الظواهر الأخرى التي لها علاقة بها و ذلك بهدف تشخيص الواقع في بيئة معينة.¹

1-3-متغيرات البحث:

المتغير المستقل: هو السبب في علاقة السبب و النتيجة أي العامل الذي نريد من خلال قياس النتائج، وفي بحثنا هذا المتغير المستقل يتمثل في: **الإسعافات الأولية.**

المتغير التابع: يعرف بأنهاالمتغير يؤثر فيه المتغير المستقل و هو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم المتغيرات الأخرى, حيث انه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر على المتغير التابع, وفي بحثنا هذا المتغير التابع يتمثل في : **الإصابات.**

¹عمار بوحوش، محمد محمود الذينبيات . مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث. ديوان المطبوعات الجامعية. 1995. ص 89

1-4-مجتمع البحث:

جميع أفراد المجتمع الأصلي و المكون من 17 أستاذ موزعين على 7 ثانوية لدائرة سورالغزلان بولاية البويرة.

العدد	ثانويات دائرة سورالغزلان	عدد الاساتذة
01	ثانوية الامام الغزالي-سورالغزلان-	4
02	ثانوية سعد دحلب -سورالغزلان-	2
03	ثانوية امجد يزيد - سورالغزلان-	3
04	ثانوية عبدالرحمان شيبان- سورالغزلان-	2
05	ثانوية دحماني جلول -الدشمية-	2
06	ثانوية مصطفى بن بولعيد-معمورة-	2
07	ثانوية ديرة - ديرة-	2

جدول رقم (01):يمثل مؤسسات التي تم فيها توزيع الاستبيان

1-5-عينة البحث و كيفية اختيارها:

عبارة عن مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزء من الكل , بمعنى انه تأخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة للمجتمع الذي تجرى عليه الدراسة, فالعينة اذا هي جزء او نسبة معينة من أفراد المجتمع الأصلي.¹

نظرا لطبيعة بحثنا و تطلعنا للموضوعية في النتائج, ثم اختيار عينة بحثا بالاعتماد على المسح الشامل والتي شملت كامل مجتمع البحث, 17 أستاذ موزعين على 7 ثانوية لدائرة سورالغزلان بولاية البويرة, و تم توزيع الاستمارات عليهم بغية تزويد بحثنا.

1-6-مجالات البحث:

-المجال البشري: المتمثل في 17 أستاذ موزعين على 7 ثانوية لدائرة سورالغزلان بولاية البويرة.

-المجال المكاني :قمنا ببحثنا هذا في مختلف المكتبات منها مكتبة المعهد (ISTAPS) والمكتبات الأخرى.

-الجانب التطبيقي: تم توزيع الاستبيان على أساتذة دائرة سورالغزلان بولاية البويرة التي سبق ذكرها في العينة.

-المجال الزمني: قسم إلى جانبين و هما :

-الجانب النظري: لقد انطلقنا في بحثنا هذا من شهر جانفي إلى غاية شهر مارس.

-الجانب التطبيقي:الجانب التطبيقي فقد دام شهرين أفريل و ماي, في هذه المدة قمنا بتحضير الاستبيان و تحكيمه ثم توزيعه و تحليل النتائج المتحصل عليها.

¹رشيد زرواتي . تدريبات على منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية – 2002.ص119

1-7-1 الأدوات المستعملة في البحث:

1-7-1-1 الاستبيان: هي وسيلة من وسائل جمع البيانات و يعتمد أساسا على استمارة تتكون من مجموعة من الأسئلة توزع على الأشخاص يتم اختيارهم من أجل القيام بدراسة موضوع معين، فيقومون بتسجيل اجاباتهم على الأسئلة الواردة في هذه الاستمارة و يتم إعادتها ثانية إلى الباحث.

كما يعرف على انه وسيلة من وسائل البحث الشائع، وهو يطرح مجموعة من الأسئلة التي تهدف إلى جمع معلومات ترتبط بموضوع البحث وفوائده انه اقتصادي في الوقت و التكيف حتى في إجابيات الاستبيان يكمن في تكميم المعلومات المناسبة للبحث التي تساعد الباحث في بحثه و تمهله للخروج بمفهوم لدى الجميع، أما العيوب تكمن في فقدان الإيصال الشخصي بأفراد العينة و أيضا صعوبة التأكد من المعلومات، إذ تبقى المتوصلا إليها نسبيا.¹

فهي تعد من أهم أدوات البحث التي اعتمدنا عليها، حيث تم إعداد أسئلة الاستمارة التي حاولنا ان تكون شاملة لجميع ما جاء في الجزء النظري وقد راعينا في صياغتنا للأسئلة مايلي:

- صياغة الأسئلة بطريقة واضحة.

- ربط الأسئلة بالهدف المراد الحصول إليها.

- احتواء هذه الاستمارة على أسئلة مغلقة يجيب عليها أفراد العينة: بنعم/ لا

1-7-2-1 أسلوب توزيع الاستبيان:

بعد صياغة الاستبيان بصفة نهائية و عرضه على بعض الأساتذة بغرض المعاينة و الموافقة عليه من طرف المشرف قمنا بتوزيعه مباشرة على الأساتذة.

1-8-1 الأسس العلمية للأداة :

صدق الاستبيان:

ان المقصود بصدق الاستبيان هو ان يقيس الاختيار بالفعل للظاهرة التي وضع لقياسها ويعتبر الصدق من أهم

المعاملات لأي مقياس أو اختبار حيث انه من شروط تحديد صلاحية الاختبار.²

يعني كذلك صدق الاستبيان التأكد من انه سوف يقيس ما اعد لقياسه.³

للتأكد من صدق أداة الدراسة قام الباحث باستخدام صدق المحكمين

الصدق الظاهري(صدق المحكمين):

تم عرض استمارة الاستبيان الخاص بالأساتذة على 3 أساتذة محكمين، مشهود لهم بمستواهم العلمي و تجربتهم الميدانية في المجالات الدراسية ومناهج البحث العلمي، بغرض تحكيمه و ذلك لمراعاة إمكانية توفر العبارات بالمحاور و كذا المحاور بالفرضيات و كذلك حذف او إضافة او تعديل أي عبارة من العبارات وقد تم تعديل كل الإشارات التي أوصى بها المحكمين وفق المعايير المنهجية للبحث وهو ما اسفرت عنه من جانب صدق الاستبيان.

¹ احمد شلبي، منهجية البحث العلمي . الديوان الوطني للمطبوعات الجامعية . 1992. ص25.

² محمد حسن علاوي . أسامة كامل راتب، البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي . دار الفكر العربي للطبع والنشر. القاهرة، مصر. 1999. ص224

³ فاطمة عوض صابر . ميرفت على خفاجة. اسس البحث العلمي . مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية. الإسكندرية. 2002. ص167

1-9- الوسائل الإحصائية:

لا يمكن لأي باحث أن يستغني عن الطرق و الأساليب الإحصائية مهما كان نوع الدراسة التي يقوم بها سواء كانت اجتماعية أو نفسية أو اقتصادية أو غيرها من الدراسات, حيث ان الوسائل الإحصائية هي التي تعد بالوصف الموضوعي السابق فالباحث لا يمكنه الاعتماد على الملاحظة لوحدها, لكن الاعتماد على الإحصاء يقود الباحث إلى الأسلوب الصحيح و النتائج الصحيحة والصادقة, كما تهدف الوسائل الإحصائية إلى محاولة التوصل إلى مؤشرات كمية دالة تساعد الباحث على التحليل و التفسير الموضوعي للنتائج و الحكم عليها, كما أنها تمكننا من تصنيف البيانات التي تجمع و تترجم بموضوعية.¹

في بحثنا هذا تم استخدام الوسائل الإحصائية التالية:
النسبة المئوية:

استخدمنا قانون النسب المئوية لتحليل النتائج في جميع النقاط المتحصل عليها وذلك بعد جمع التكرارات ، و ثم حساب النسبة المئوية بالطريقة الثلاثية التالية :

العينة×100

النسبة المئوية: =س

المجموع الكلي

س=النسبة المراد إيجادها

100%=النسبة الكلية للعينة

اختيار ك²(كاف تربيعي):

يسمى باختبار التطابق النسبي وهو من اهم الطرق التي تستخدم عند مقارنة مجموعة من النتائج المشاهدة او التي يتم الحصول عليها, كما يسمح لنا هذا الاختبار بإجراء مقارنة بين مختلف النتائج المتحصل عليها من خلال الاستبيان الموجه للاعبين, ذلك بمقارنة التكرارات الحقيقية المشاهدة والتكرارات المتوقعة, ويتم حساب الاختبار من خلال العلاقة التالية:²

مجموع (ت و - ت م)²

الكاف مربع المحسوبة=

ت م

ت و: تكرار المشاهد

ت م: التكرار المتوقع

¹محمد السيد. الإحصاء في البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية. ط2. دار النهضة العربية. مصر. 1970. ص74
²فريد كمال ابو زينة. عبدالحافظ الشايب. مناهج البحث العلمي للإحصاء في البحث العلمي. دار المسيرة. الاردن. 2006. ص213

مجموع الصف

حساب التكرار المتوقع =

مجموع الحالات

يتكون هذا القانون من :

- التكرارات المشاهدة: وهي التكرارات التي نحصل عليها من خلال توزيع الاستبيان
 - التكرارات المتوقعة: مجموع التكرارات يقسم على عدد الإجابات المفتوحة.
- عندما تكون χ^2 أكبر من χ^2 الجدولة تكون هناك دالة إحصائية و إذا كان العكس ليس هناك دالة إحصائية أي تقبل الفرضية.
- لحساب χ^2 الجدولة يجب توفر مايلي:
- مستوى الدالة تساوي 0.05
 - الحرية.

خلاصة :

من خلال ما تطرقنا إليه في هذا الفصل يمكن القول بان لا يمكن لأي باحث ان يستغنى على منهجية البحث خلال إنجازه لدراسة حول ظاهرة من الظواهر، إذ أن منهجية البحث هي التي تزوده بأساليب وطرق البحث التي تسهل عليه عملية جمع البيانات والمعلومات عن طريق استخدامه لمختلف الأدوات المتمثلة في المصادر والمراجع والمجلات والوثائق وكذلك الوسائل الإحصائية التي تساعده في تحليل النتائج والبيانات المتحصل عليها لكي يستطيع أن يثبت أو ينفي الفرضيات التي تمت صياغتها في بداية البحث.

الفصل السادس

تمهيد:

إن أهمية أي دراسة ودقتها تتعدى الجانب النظري المنطبق منه، سنتطرق في هذا الفصل إلى المعالجة الإحصائية للمعلومات التي تم جمعها عن طريق الاستبيان وذلك بالاعتماد على الوسائل الإحصائية التي تمثلت في النسبة المئوية واختبار كا² من أجل التأكد من مدى صحة الفرضيات التي تم صياغتها، تمكننا من تحليل ومناقشة النتائج ومقارنتها بالفرضيات والخروج باستنتاجات.

2-1- عرض و مناقشة نتائج الاستبيان.

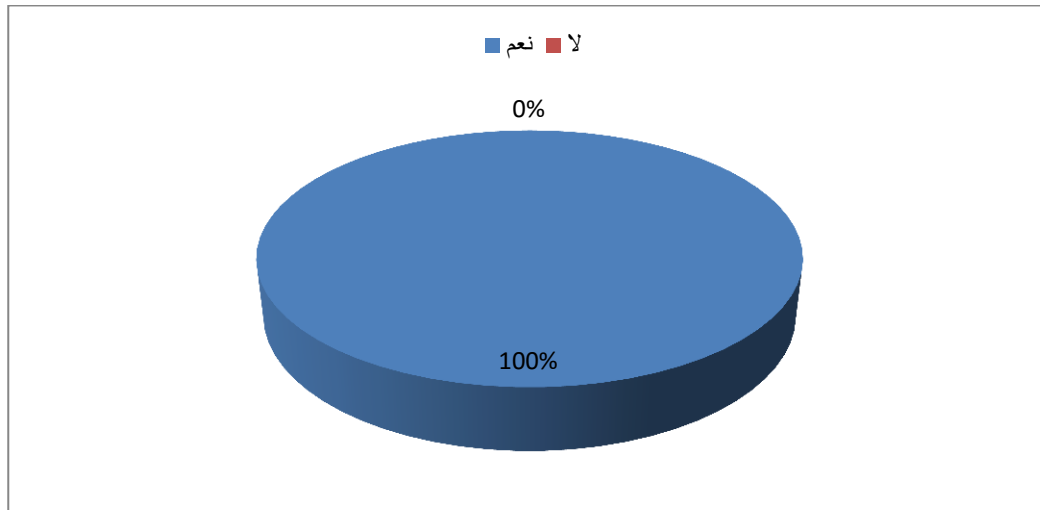
محور الأول:ثقافة أستاذ التربية البدنية والرياضية محدودة بالإصابات الرياضية وأسبابها

السؤال رقم 01 : هل صادفت خلال حصة التربية البدنية والرياضية إصابات ؟

الغرض من السؤال : التعرف على وجود إصابات رياضية في حصة التربية البدنية والرياضية

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الدلالة (α)	درجة الحرية (df)	الدلالة الإحصائية
نعم	17	%100	17	3.84	0.05	1	دال
لا	00	%00					
المجموع	17	%100					

جدول رقم (02):يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيمة كا² للسؤال (01)



شكل رقم (01): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (01)

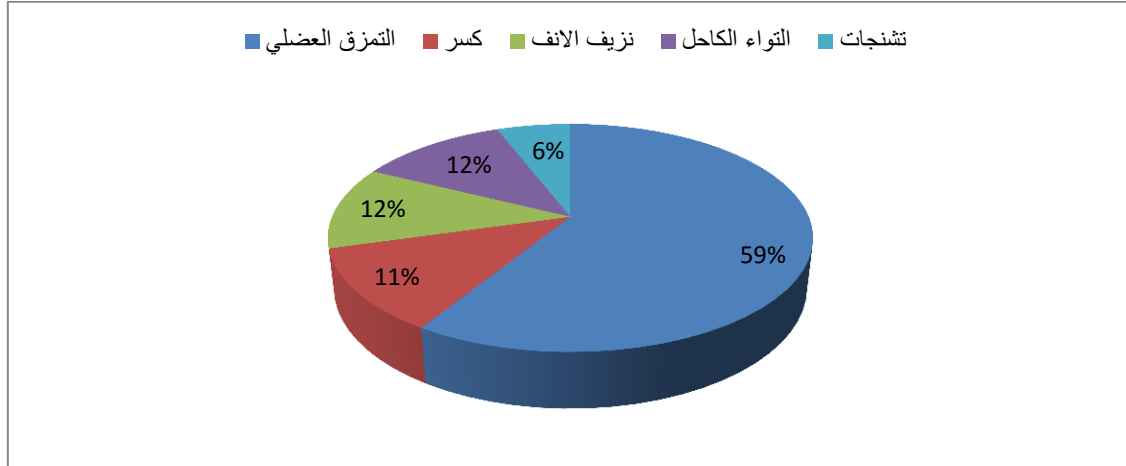
عرض و مناقشة نتائج السؤال رقم 01 : من خلال نتائج عينة الدراسة و الموضحة في الجدول رقم 01 نلاحظ ان جميع الأساتذة صادفوا إصابات خلال حصة التربية البدنية والرياضية أي بنسبة 100 %، حيث بلغت قيمة كا² المحسوبة 17 وهي اكبر من قيمة كا² المجدولة التي كانت قيمتها 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية هي 01 .

الاستنتاج : نستنتج أن جميع أساتذة التربية البدنية والرياضية يصادفون عدة اصابات من اصابات بسيطة و متوسطة الى شديدة.

السؤال الثاني: ما نوع الإصابات الأكثر عرضة للتلاميذ خلال حصة التربية البدنية والرياضية ؟
الغرض من السؤال: معرفة أنواع الإصابات التي يتعرض لها التلاميذ بكثرة خلال حصة التربية.

الاجابات	التمزق العضلي	الكسر	نزيف الانف	التواء الكاحل	تشنجات
التكرار	11	2	2	2	1
النسبة %	%59	%12	%12	%12	%6

جدول رقم (03):يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (02)



شكل رقم (02): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (02)

عرض و مناقشة النتائج السؤال رقم 02: من خلال فرز النتائج أمكننا الوصول إلى أكثر الإجابات على السؤال بالإصابات الأكثر عرضة للتلاميذ خلال حصة التربية البدنية والرياضية هي التمزق العضلي. وأجابوا أساتذة آخرين بإصابات أخرى الكسر، نزيف الأنف، التواء الكاحل، تشنجات.

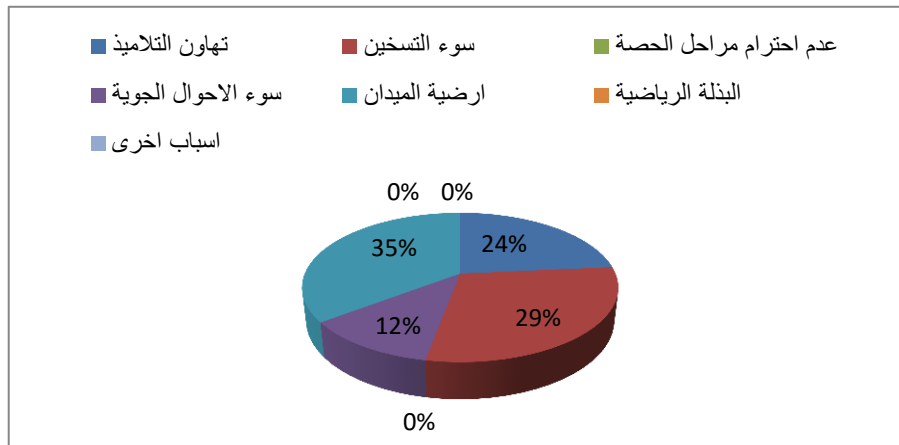
الاستنتاج : نستنتج أن إصابة التمزق العضلي نتيجة عدم التسخين الجيد وتهاون التلاميذ في أداء الإحماء مما يعرضه لإصابات مختلفة، ولقد تطرقنا في الجانب في الفصل الثالث الى أنواع الإصابات من إصابات خفيفة و متوسطة و شديدة وأسباب حدوثها خلال حصة التربية البدنية والرياضية.

السؤال الثالث: ماهي أسباب حدوث الإصابات في رأيك ؟

الغرض من السؤال: معرفة أسباب حدوث الإصابات

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة (α)	درجة الحرية (df)	الدلالة الإحصائية
تهاون التلاميذ	04	24%	5.67	3.84	0.05	1	دال
سوء التسخين	05	29%					
عدم احترام مراحل الحصة	00	00%					
سوء الأحوال الجوية	02	12%					
أرضية الميدان	06	35%					
البذلة الرياضية	00	00%					
أسباب أخرى	00	00%					
المجموع	17	100%					

جدول رقم (04): يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيمة كا² للسؤال (03)



شكل رقم (03): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (03)

عرض و مناقشة نتائج السؤال رقم 03 : من خلال الجدول نجد أن كل من تهاون التلاميذ، سوء التسخين، أرضية الميدان تعتبر الأسباب الرئيسية لحدوث الإصابات في نظر الأساتذة ثم تأتي أسباب أخرى كسوء الأحوال الجوية، حيث بلغت قيمة كا² المحسوبة 5.67 وهي اكبر من قيمة كا² الجدولة التي كانت قيمتها 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية هي 01 .

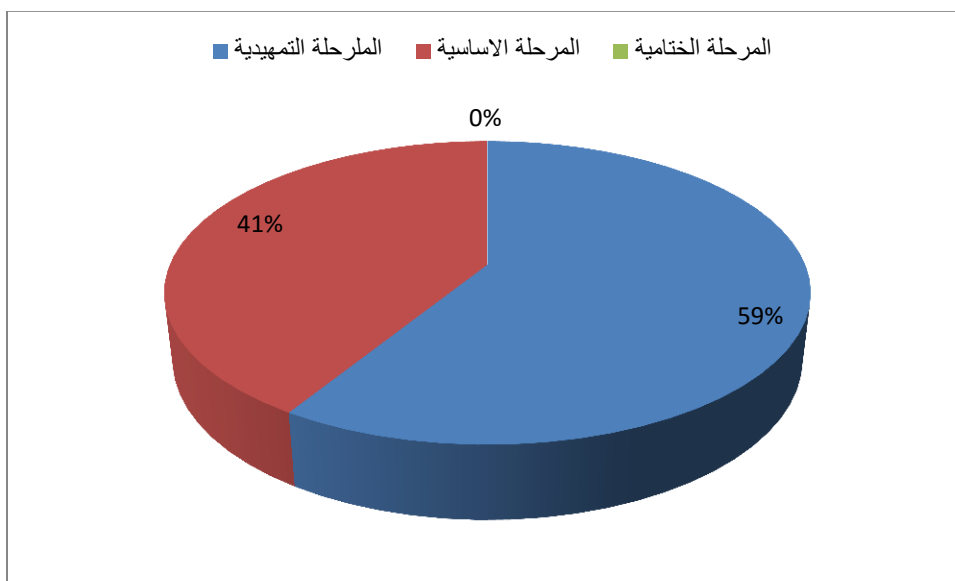
الاستنتاج : ومنه نستنتج أن هناك أسباب تساعد على حدوث الإصابات خلال حصة التربية البدنية والرياضية وهذا ما ذكرناه في الفصل الثالث عن أسباب حدوث الإصابات.

السؤال الرابع: ماهي المرحلة التي تحدث فيها الإصابات بكثرة ؟

الغرض من السؤال : معرفة المرحلة التي تحدث فيها الإصابات بكثرة

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة (α)	درجة الحرية (df)	الدلالة الإحصائية
المرحلة التمهيديّة	10	59%	10.5	5.99	0.05	1	دال
المرحلة الأساسيّة	07	41%					
المرحلة الختامية	0	00%					
المجموع	17	100%					

جدول رقم (05): يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيمة كا² للسؤال (04)



شكل رقم (04): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (04)

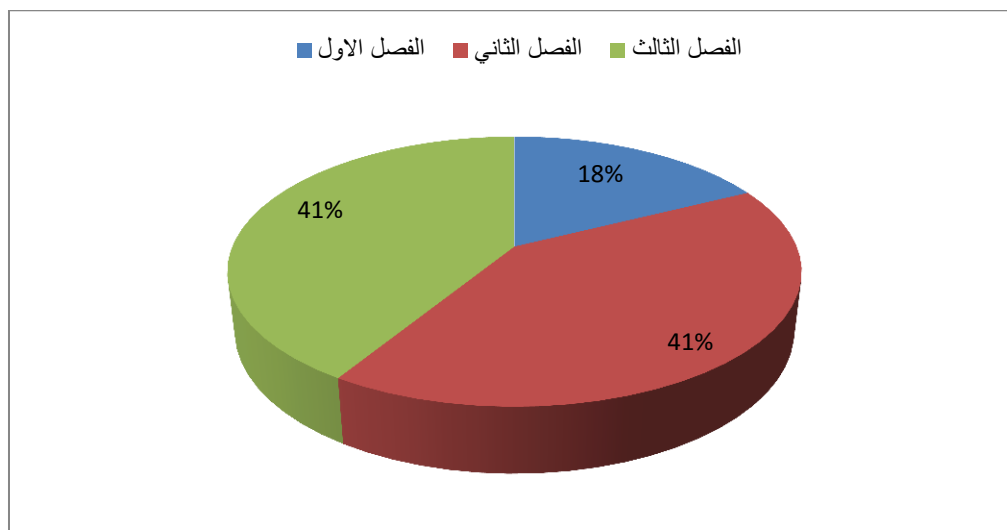
عرض و مناقشة نتائج السؤال رقم 04: من خلال الجدول نلاحظ أن المرحلة التمهيديّة هي التي تكون بها الإصابات بكثرة بنسبة 59% ثم تليها المرحلة الأساسيّة بنسبة 41% ثم المرحلة الختامية لا تحدث بها الإصابات في نظر الأساتذة، حيث بلغت قيمة كا² المحسوبة 10.5 وهي أكبر من قيمة كا² الجدولة التي كانت قيمتها 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية هي 01 .

الاستنتاج : ومنه نستنتج أن الإصابات تحدث بكثرة في المرحلة التمهيديّة خلال التسخينات وبدرجة اقل في المرحلة الأساسيّة أين يكون هدف الحصّة.

الغرض من السؤال :معرفة الفصل الذي يحدث فيه الإصابات بكثرة.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة (α)	درجة الحرية (df)	الدلالة الإحصائية
الفصل الأول	03	%18	2.25	3.84	0.05	1	غير دال
الفصل الثاني	07	%41					
الفصل الثالث	07	%41					
المجموع	17	%100					

جدول رقم (06):يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيمة كا² للسؤال (04)



شكل رقم (05): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (04)

عرض و مناقشة نتائج السؤال رقم 04:من خلال الجدول نلاحظ أنالإصابات تحدث بكثرة خلال الفصلين الثاني و الثالث بكثرة بنسبة بلغت 41 % وبدرجة اقل في الفصل الأول ،

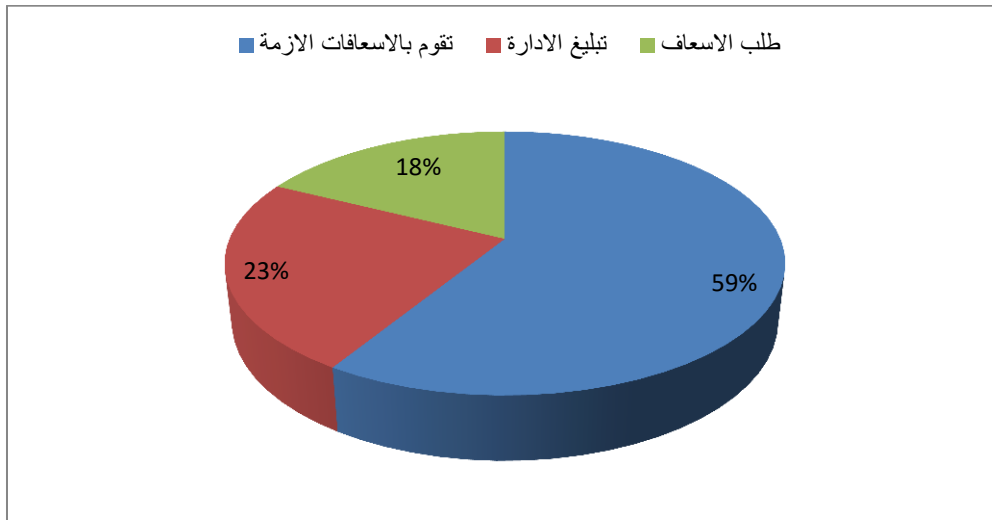
الاستنتاج: نستنتج أن الإصابات تحدث بكثرة في فصل الثاني والثالث وذلك بسبب الأحوال الجوية و الإرهاق مما ساعد في حدوث الإصابات

السؤال الخامس : عند حدوث إصابة لتلميذ خلال حصة التربية البدنية والرياضية ماهو دورك ؟

الغرض من السؤال : معرفة ماذا يفعل الأستاذ عند حدوث الإصابة

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة (α)	درجة الحرية (df)	الدلالة الإحصائية
تقوم بالإسعافات اللازمة	10	59%	23	5.99	2	0.05	دال
تبليغ الإدارة	04	23%					
طلب الإسعاف	03	18%					
المجموع	17	100%					

جدول رقم (07):يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيمة كا² للسؤال (05)



شكل رقم (06): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (05)

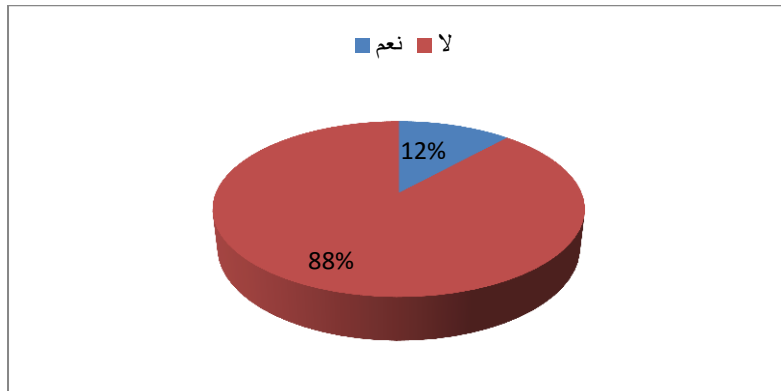
عرض و مناقشة نتائج السؤال رقم 05: من خلال الجدول نلاحظ أن عند حدوث الإصابة ما نسبة 59 % من الأساتذة يقومون بالإسعافات اللازمة وان 23 % من الأساتذة يبلغون الإدارة و 18 % يطلبون الإسعاف، حيث بلغت قيمة كا² المحسوبة 23 وهي اكبر من قيمة كا² الجدولة التي كانت قيمتها 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية هي 02 .

الاستنتاج : نستنتج أن قلة تكوين الأساتذة في الإسعافات الأولية لأنهم يقومون بالتدخل و القيام بالإسعافات اللازمة عند حدوث إصابات في حصة التربية البدنية والرياضية، ولقد تطرقنا في الجانب النظري في الفصل الثالث إلى كيفية إسعافات الإصابات والقيام بالعمليات اللازمة.

المحور الثاني: محتوى التكوين أستاذ التربية البدنية والرياضية حول الإسعافات الأولية غير كافي
السؤال السادس : هل تلقيت تكويننا خاص بالإسعافات الأولية في مسارك التكويني ؟
الغرض من السؤال : لمعرفة تكوين الأساتذة في مجال الإسعافات الأولية.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة (α)	درجة الحرية (df)	الدلالة الإحصائية
نعم	02	%12	12.25	3.84	0.05	1	دال
لا	15	%88					
المجموع	17	%100					

جدول رقم (08): يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيمة كا² للسؤال (07)



شكل رقم (07): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (06)

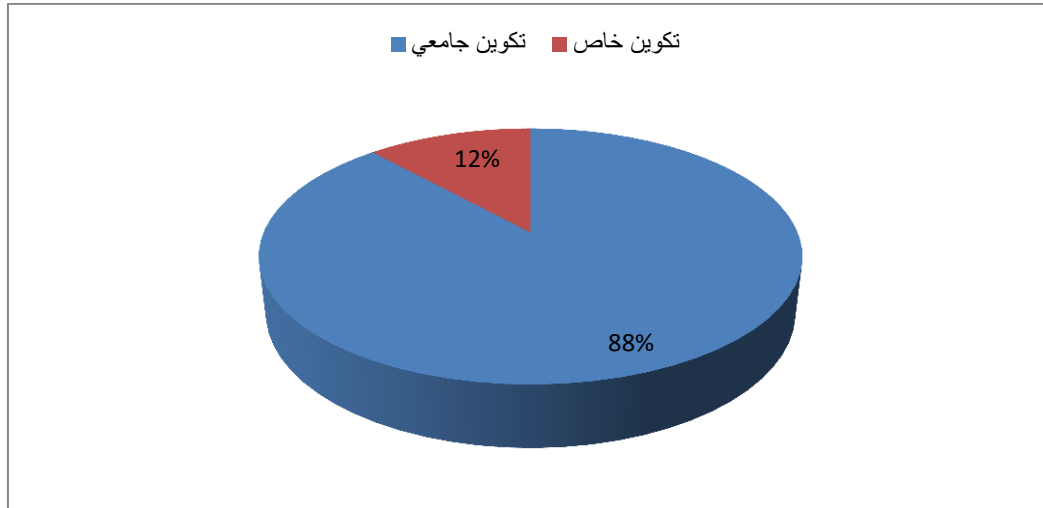
عرض و مناقشة نتائج السؤال رقم 06: من خلال الجدول رقم نلاحظ أن معظم الأساتذة لم يتلقوا تكويننا خاصا خلال مساهم التكويني في الإسعافات الأولية بنسبة 88 % بينما عدد الأساتذة الذين تلقوا تكويننا خاصا بنسبة قليلة تتراوح قيمتها ب 12 % حيث بلغت قيمة كا² المحسوبة 12.25 وهي اكبر من قيمة كا² الجدولة التي كانت قيمتها 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية هي 01 .

الاستنتاج: نستنتج أن معظم الأساتذة لم يتلقوا تكويننا خاصا في الإسعافات الأولية خلال مساهم الدراسي مما لا يؤهلهم في التدخل خلال حدوث الإصابات في حصة التربية البدنية والرياضية، ولقد تطرقنا في الجانب النظري في الفصل الأول إلى أهمية التكوين لتقديم ما هو أفضل.

الغرض من السؤال :معرفة نوع التكوين الذي تلقاه الاساتذة ؟

الاجابات	تكوين جامعي	تكوين خاص
التكرار	15	02
النسبة	%88	%12

جدول رقم (09):يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (06)



شكل رقم (08): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (06)

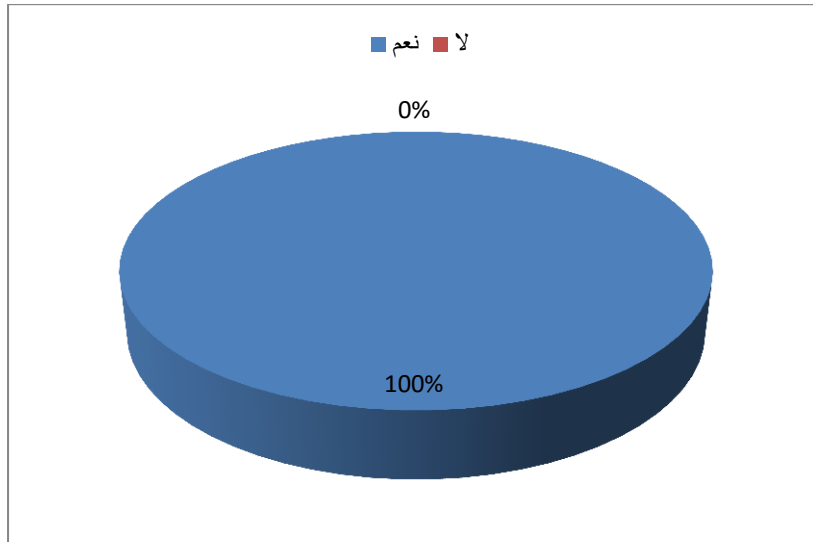
عرض و مناقشة نتائج السؤال رقم 06: نلاحظ ان نسبة 88% اي 15 استاذ تلقوا تكوينا جامعي، اما 2 من الاساتذة تلقوا تكوينا خاص اي بنسبة 12%

الاستنتاج : نستنتج ان معظم الاساتذة تلقوا تكوينا خلال مسارههم الدراسي الجامعي.

السؤال السابع: هل معرفة الإسعافات الأولية ضرورية في الحياة المهنية لدى الأساتذة ؟
الغرض من السؤال : لمعرفة أهمية الإسعافات الأولية في حياة المهنية لدى الأساتذة.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة (α)	درجة الحرية (df)	الدلالة الإحصائية
نعم	17	%100	17	3.84	0.05	1	دال
لا	00	%00					
المجموع	17	%100					

جدول رقم (10): يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيمة كا² للسؤال (07)



شكل رقم (09): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (07)

عرض و مناقشة نتائج السؤال رقم 07: من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 100% أجابوا بنعم أي بضرورة معرفة الإسعافات الأولية في حياة المهنية للأساتذة، حيث بلغت قيمة كا² المحسوبة 17 وهي أكبر من قيمة كا² الجدولة التي كانت قيمتها 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية هي 01 .

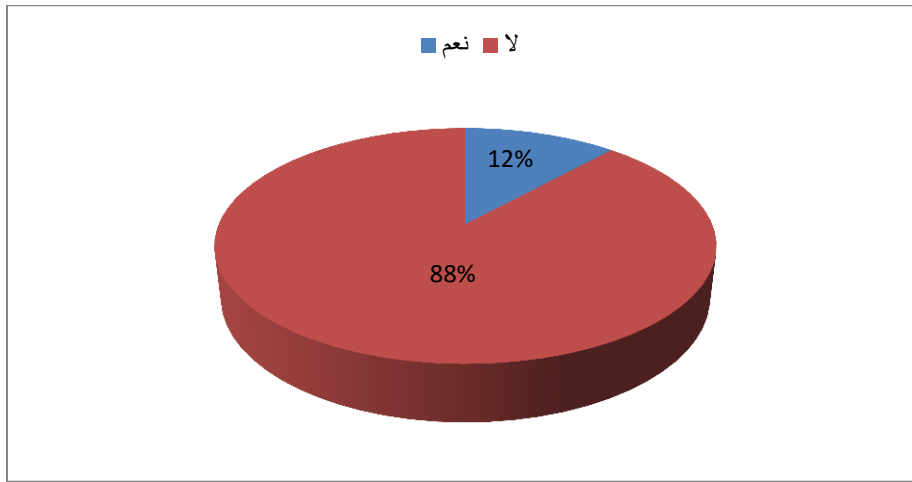
الاستنتاج : نستنتج أهمية الإسعافات الأولية في حياة الأساتذة في مساهمهم المهني، وتقليل من تقاوم الاصابة والتدخل العاجل لإنقاذ التلاميذ.

السؤال الثامن: هل لك شهادة حول الإسعافات الأولية ؟

الغرض من السؤال: لمعرفة نوع شهادة الإسعافات الأولية لدى الأساتذة

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة (α)	درجة الحرية (df)	الدلالة الإحصائية
نعم	02	%12	12.25	3.84	0.05	1	دال
لا	15	%88					
المجموع	17	%100					

جدول رقم (11):يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيمة كا² للسؤال (08)



شكل رقم (10): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (08)

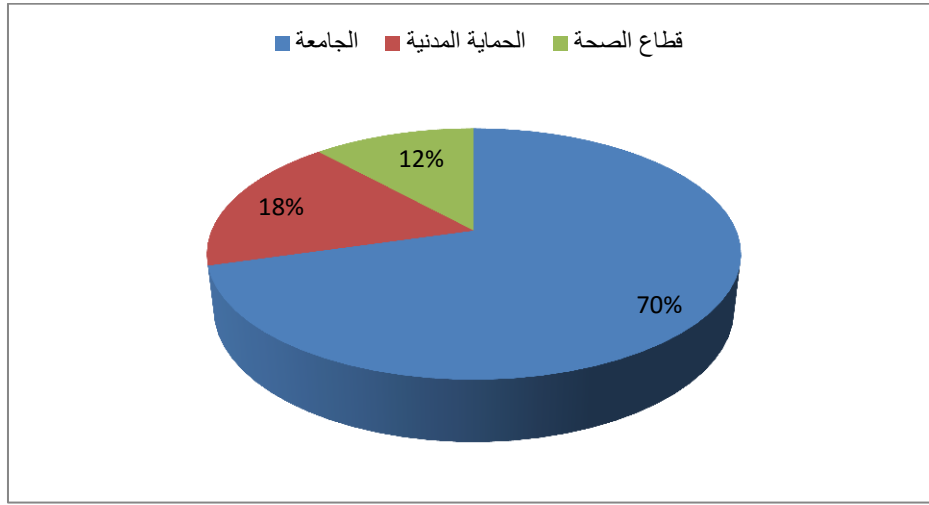
عرض و مناقشة نتائج السؤال رقم 08: من خلال الجدول نلاحظ أغلبية الأساتذة لا يملكون شهادة حول الإسعافات الأولية بنسبة 88% بينما 12% من لديهم شهادة حول الإسعافات الأولية حيث بلغت قيمة كا² المحسوبة 12.25 وهي اكبر من قيمة كا² الجدولة التي كانت قيمتها 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية هي 01 .

الاستنتاج: نستنتج أن الأساتذة لا يملكون أي شهادة حول الإسعافات الأولية وبذلك لا يؤهلهم لتدخل عند حدوث الإصابة، وتطرقنا في الجانب النظري في الفصل الثالث إلى خطورة حدوث مضاعفات عند تدخل بدون تكوين في الإسعافات الأولية.

السؤال التاسع: من هي الجهة المخولة للتكوين في الإسعافات الأولية؟
الغرض من السؤال: لمعرفة الجهة المخولة لتكوين الأساتذة في مجال الإسعافات الأولية.

الاجابات	الجامعة	الحماية المدنية	قطاع الصحة
التكرارات	12	03	02
النسبة	%70	%18	%12

جدول رقم (12): يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (09)



شكل رقم (11): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (09)

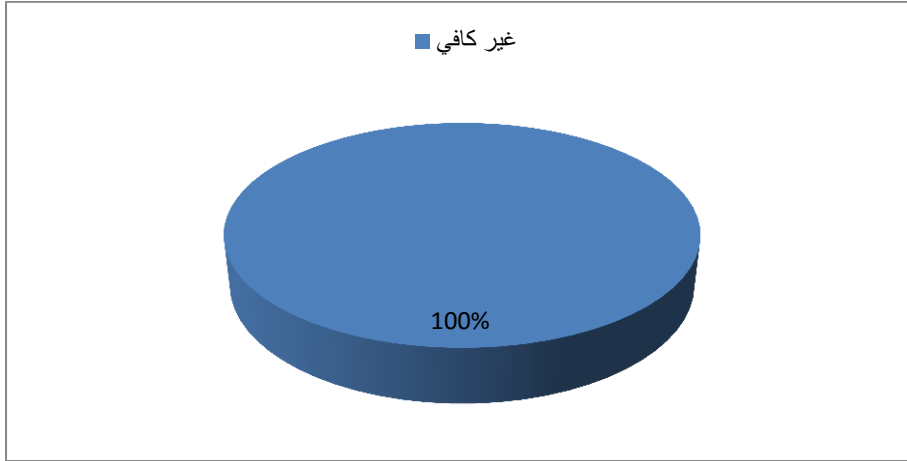
عرض و مناقشة نتائج السؤال (09): من خلال فرز النتائج أمكننا الوصول إلى نتيجة مفادها أن الجهة المخولة لتكوين الأساتذة في الإسعافات الأولية هي الجامعة
الاستنتاج :

نستنتج عدم إعطاء أهمية بالغة في تكوين الأساتذة في مجال الإسعافات الأولية خلال مسار الدراسي في الجامعة.

السؤال العاشر : هل التكوين الذي تلقته كافي لتفادي تفاقم الإصابة لدى التلاميذ ؟
الغرض من السؤال : معرفة قدرة الأساتذة في تدخل عند حدوث الإصابة.

الاجابات	غير كافي
التكرار	17
النسبة	%100

جدول رقم (12):يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (10)



شكل رقم (12): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (10)

مناقشة وتحليل السؤال (10): من خلال فرز النتائج توصلنا إلأن التكوين الذي تلقاه الأساتذة غير كافي لتدخل عند حدوث إصابة لتلميذ خلال حصة التربية البدنية والرياضية

الاستنتاج :

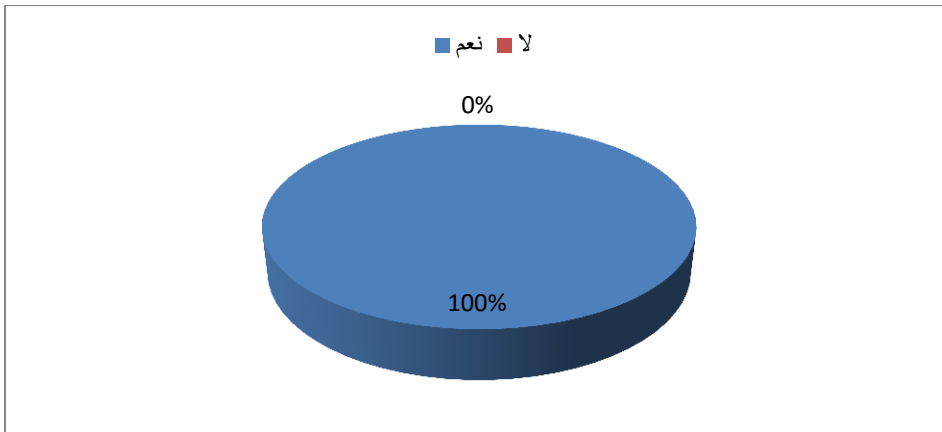
نستنتج نقص تكوين الأساتذة في مجال الإسعافات الأولية .

المحور الثالث : يملك أستاذ التربية البدنية والرياضية الوعي الكافي بمبادئ الإسعافات الأولية وكيفية التعامل معها

السؤال الحادي عشر : هل تحتوي مؤسستكم حقيبة الإسعافات الأولية ؟
الغرض من السؤال :لمعرفة احتواء المؤسسات التعليمية على حقيبة الإسعافات الأولية.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة (α)	درجة الحرية (df)	الدلالة الإحصائية
نعم	17	100%	17	3.84	0.05	1	دال
لا	00	00%					
المجموع	17	100%					

جدول رقم (14):يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيمة كا² للسؤال (11)



شكل رقم (13): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (11)

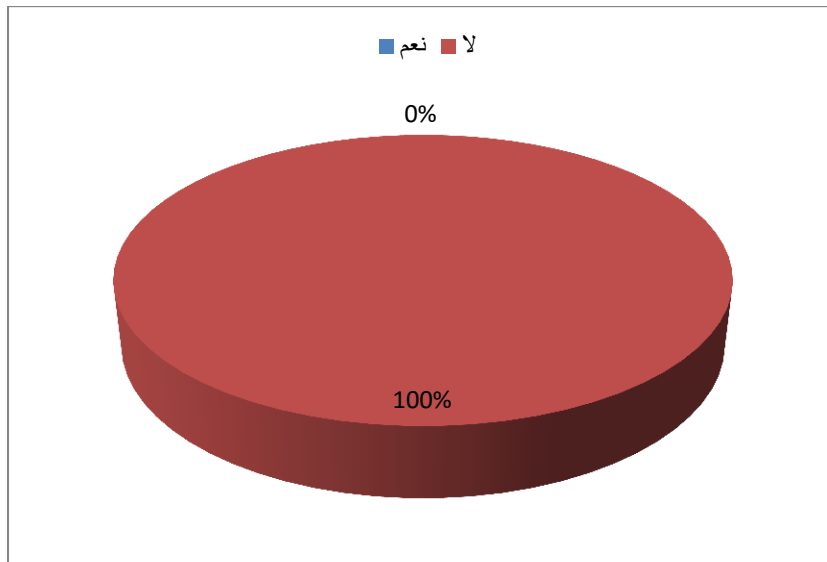
عرض و مناقشة نتائج السؤال رقم 11: نلاحظ في الجدول أن جميع الثانويات تحتوي على الحقيبة الإسعافات الأولية بنسبة 100 %، حيث بلغت قيمة كا² المحسوبة 17 وهي اكبر من قيمة كا² الجدولة التي كانت قيمتها 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية هي 01 .

الاستنتاج: نستنتج أهمية وجود حقيبة الإسعافات الأولية في مؤسسات التعليمية وذلك لقيان بالتدخل أثناء حدوث الإصابة

السؤال الثاني عشر : هل هي كافية لتغطية الدور المنوط لها ؟
الغرض من السؤال :لمعرفة دور حقيبة الإسعافات الأولية

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الدلالة (α)	درجة الحرية (df)	الدلالة الإحصائية
نعم	00	%00	17	3.84	0.05	1	دال
لا	17	%100					
المجموع	17	%100					

جدول رقم (15):يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيمة كا² للسؤال (12)



شكل رقم (14): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (12)

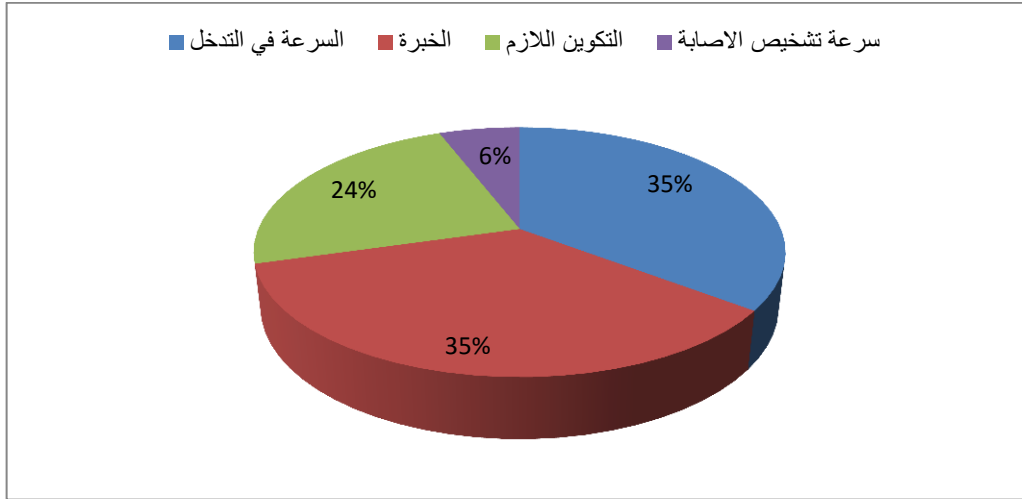
عرض و مناقشة نتائج السؤال رقم 12: نلاحظ من خلال الجدول أن الحقائق إسعافاتأولوية لا تفي بالغرض عند حدوث الإصابات، حيث بلغت قيمة كا² المحسوبة 17 وهي اكبر من قيمة كا² المجدولة التي كانت قيمتها 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية هي 01 .

الاستنتاج : نستنتج أن حقائب الإسعافات الأولية لا تفي بالغرض عند حدوث الإصابة

السؤال الثالث عشر : في رأيك ماهي الشروط التي يجب أن تتوفر في الأستاذ المسعف ؟
الغرض من السؤال : معرفة الشروط التي أن تتوفر في الأستاذ المسعف.

الاجابات	السرعة في التدخل	الخبرة	التكوين اللازم	سرعة تشخيص الاصابة
التكرار	6	6	4	1
النسبة	%35	%35	%24	%6

جدول رقم (16):يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (13)



شكل رقم (15): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (13)

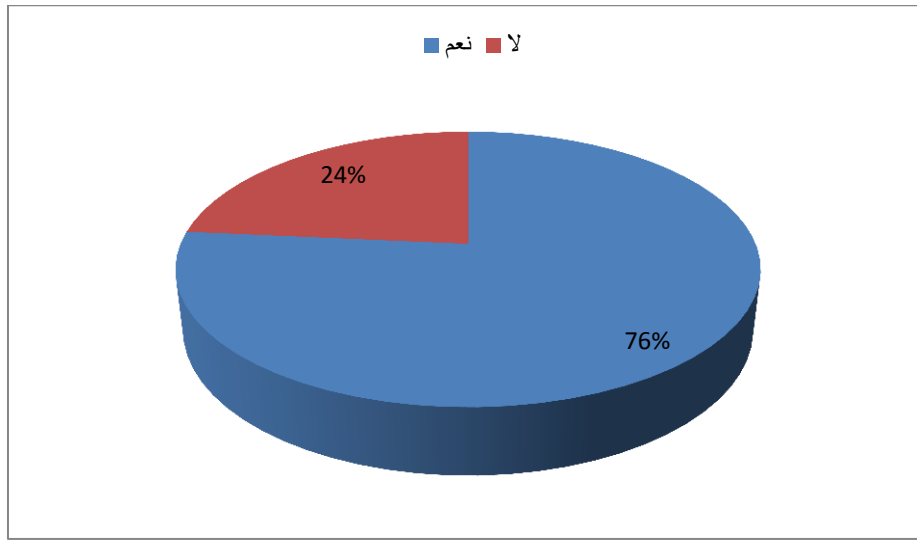
تحليل ومناقشة نتائج سؤال (13): من خلال فرز النتائج توصلنا إلى الشروط التي ينبغي أن تكون أو تتوفر في الأستاذ المسعف هي التكوين الشامل في الإسعافات الأولية ،الخبرة، سرعة تشخيص الإصابة
الاستنتاج : تلعب الخبرة و التكوين دورا كبيرا في حياة المهنية لأستاذ التربية البدنية والرياضية.

السؤال الرابع عشر: هل توجد عيادة خاصة بالمؤسسة ؟

الغرض من السؤال : لمعرفة ما إذ كانت هناك عيادات طبية داخل الثانويات.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الدلالة (α)	درجة الحرية (df)	الدلالة الإحصائية
نعم	13	%76	5.23	3.84	0.05	1	دال
لا	4	%24					
المجموع	17	%100					

جدول رقم (17):يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيمة كا² للسؤال (14)



شكل رقم (16): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (14)

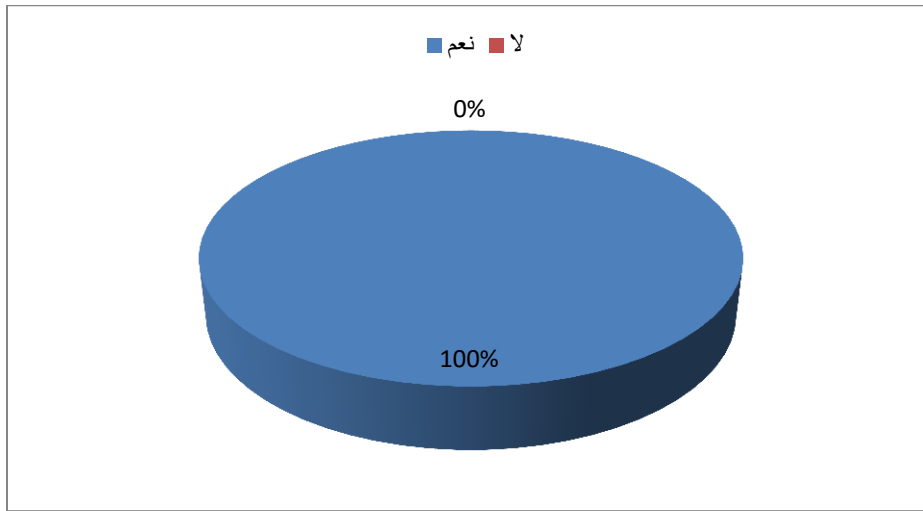
عرض و مناقشة نتائج السؤال رقم 14: نلاحظ في الجدول رقم أن معظم المؤسسات التعليمية تحتوي على عيادة طبية بنسبة 76% أما المؤسسات التي لا تحتوي على عيادة طبية بلغت نسبتها 24%. حيث بلغت قيمة كا² المحسوبة 5.23 وهي اكبر من قيمة كا² المجدولة التي كانت قيمتها 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية هي 01 .

الاستنتاج: نستنتج أهمية وجود عيادة خاصة داخل المؤسسات التعليمية لأهميتها البالغ في التدخل أثناء حدوث إصابات

السؤال الخامس عشر: هل من الضروري وجود عيادة خاصة بالمؤسسة ؟
الغرض من السؤال: معرفة أهمية وجود عيادة طبية داخل المؤسسة التعليمية

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة (α)	درجة الحرية (df)	الدلالة الإحصائية
نعم	17	%100	17	3.84	0.05	1	دال
لا	00	%00					
المجموع	17	%100					

جدول رقم (18):يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيمة كا² للسؤال (15)



شكل رقم (17): يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (15)

عرض و مناقشة نتائج السؤال رقم 15: من خلال الجدول نلاحظ أنجميع إجابات الأساتذة كانت بنعم بنسبة %100 حيث بلغت قيمة كا² المحسوبة 17 وهي اكبر من قيمة كا² الجدولة التي كانت قيمتها 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية هي 01 .

الاستنتاج : نستنتج من ضروري وجود عيادة طبية في المؤسسات التعليمية لتدخل الفوري

2-2- مقارنة النتائج بالفرضيات الجزئية:

-الفرضية الجزئية الأولى:

-مناقشة ومقارنة النتائج بالفرضية الجزئية الأولى :

الجدول رقم (19):الدلالة الإحصائية لعبارات خاصة بإجابيات الأساتذة.

نتائج خاصة بإجابيات الأساتذة			
الاستنتاج الإحصائي	كا ² المجدولة	كا ² المحسوبة	الأسئلة
دال	3.84	17	س1
دال	3.84	5.67	س2
دال	5.99	10.5	س3
غير دال	3.84	2.25	س4
دال	5.99	23	س5

بعد عرض و مناقشة نتائج الاستبيان قمنا بتوزيعه على الأساتذة، وبعد عملية التحليل تم التوصل إلى أغلبية الحقائق التي كنا قد طارحناها من خلال الفرضيات بحثنا وانطلاقا من الفرضية الجزئية الأولى التي مفادها ثقافة أستاذ التربية البدنية والرياضية محدودة بالإصابات الرياضية وأسبابها، فمن خلال النتائج التي تحصلنا عليها ومن خلال الجداول (02) إلى (06)، إضافة إلى النسب المئوية، وبما أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية (كا²) اتضح لنا جليا أن هناك إصابات رياضية يتعرض لها التلاميذ خلال حصة التربية البدنية والرياضية، وكذلك أسباب حدوث الإصابات الرياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية ومن خلال الجدول (3) يتضح لنا أن هناك العديد من الأسباب الداخلية والخارجية تساعد وتؤدي إلى حدوث الإصابات، وبالتالي يكمن القول بان الفرضية الجزئية الأولى قد تحققت بنسبة كبيرة.

-الفرضية الجزئية الثانية:

-مناقشة ومقارنة النتائج بالفرضية الجزئية الثانية:

الجدول رقم (20):الدلالة الإحصائية لعبارات خاصة بإجابيات الأساتذة.

نتائج خاصة بإجابيات الأساتذة			
الأسئلة	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	الاستنتاج الإحصائي
س1	12.25	3.84	دال
س2	17	3.84	دال
س3	12.25	3.84	دال

انطلاقاً من الفرضية الثانية التي مفادها محتوى التكوين أستاذ التربية البدنية والرياضية حول الإسعافات الأولية غير كافي، والتي لها علاقة أكبر أو باعتبارها كهدف رئيسي للبحث ومن خلال الجداول رقم (7) إلى (9)، إضافة إلى النسب المئوية، وبما أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية (كا²) اتضح لنا جلياً نقص تكوين الأساتذة في الإسعافات الأولية من خلال التدخلات والإسعافات الأولية المقدمة خلال حدوث إصابة أحد التلاميذ خلال حصة التربية البدنية والرياضية، نرى أناساتذة التربية البدنية والرياضية لهم نقص كبير في مجال الإسعافات الأولية وهذا ما يؤكد سلامة فرضيتنا.

-الفرضية الجزئية الثالثة:

-مناقشة ومقارنة النتائج بالفرضية الجزئية الثالثة :

الجدول رقم (21):الدلالة الإحصائية لعبارات خاصة بإجابيات الأساتذة.

نتائج خاصة بإجابيات الأساتذة			
الأسئلة	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	الاستنتاج الإحصائي
س1	17	3.84	دال
س2	17	3.84	دال
س3	5.23	3.84	دال
س4	17	3.84	دال

بعد عرض و مناقشة نتائج الاستبيان قمنا بتوزيعه على الأساتذة، وبعد عملية التحليل تم التوصل إلى أغلبية الحقائق التي كنا قد طارحناها من خلال الفرضيات بحثنا وانطلاقا من الفرضية الجزئية الثالثة التي مفادهايمك أستاذ التربية البدنية والرياضية الوعي الكافي بمبادئ الإسعافات الأولية وكيفية التعامل معها ،ومن خلال الجداول رقم (10) إلى (13) ، إضافة إلى النسب المئوية ، وبما أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية (كا²) اتضح لنا جليا ان الأساتذة لهم الوعي الكافي بمبادئ الإسعافات الأولية من خلال تجاربهم وخبراتهم خلال مسارهم المهني ، وبالتالي فرضية بحثنا صحيحة وسليمة.

2-3- مقارنة النتائج بالفرضية العامة:

-الجدول رقم (22) : مقارنة النتائج بالفرضية العامة

النتيجة	صياغتها	الفرضية
تحققت	مفادها ثقافة أستاذ التربية البدنية والرياضية محدودة بالإصابات الرياضية وأسبابها	الفرضية الأولى
تحققت	محتوى التكوين أستاذ التربية البدنية والرياضية حول الإسعافات الأولية غير كافي	الفرضية الثانية
تحققت	يملك أستاذ التربية البدنية والرياضية الوعي الكافي بمبادئ الإسعافات الأولية وكيفية التعامل معها	الفرضية الثالثة

من خلال الجدول (17) الذي يبين لنا أن الفرضيات الجزئية قد تحققت وهذا ما يبين أن الفرضية العامة :
 " هناك نقص في تكوين أساتذة التربية البدنية والرياضية في مجال الإسعافات الأولية من اجل مواجهة الإصابات وأسباب حدوثها وكيفية إسعافها. " قد تحققت.

-خلاصة:

تضمن هذا الفصل عرض و مناقشة نتائج لكل من الفرضيات التي تناولها على شكل محاور من اجل معرفة آراء الأساتذة حول إصابات وأسبابها والإسعافات الأولية ، وتم استخدام كل من χ^2 والنسبة المئوية في الحصول على النتائج ، من اجل معرفة الدلالة الإحصائية لهذه النتائج ، وفي الأخير توصلنا إلى مجموعة من الحقائق التي جاءت في سياق الفرضية المطروحة .

الاستنتاج العام:

على ضوء ما توصلت إليه هذه الدراسة ومن خلال الفرضيات المطروحة نستنتج ان حصة التربية البدنية والرياضة لا تخلوا من مختلف الإصابات الراجعة إلى الأسباب المختلفة سواء داخلية او خارجية .
فمن خلال ما توصلنا إليه من نتائج هذه الدراسة أن الأساتذة لديهم في نقص في تكوين في مجال الإسعافات الأولية ، وبالتالي فرضية بحثنا عامة وصحيحة وسلمية.

الخاتمة:

لقد خرجنا من خلال بحثنا بفكرة رئيسية هامة، وذلك استنادا على الدراسة التطبيقية التي قمنا باستعمال الاستمارة الموجهة لأساتذة التعليم الثانوي، وهي أن التربية البدنية والرياضية لم تصل بعد إلى ما هو منتظر لها في المنظومة التربوية حيث لم تحقق أحد أهدافها الأساسية الذي يكمن في حفظ صحة وسلامة التلميذ أثناء حصص التربية البدنية والرياضية في الثانوية وتمثل ذلك في الإصابات التي يتعرض لها التلميذ بمختلف أنواعها، وأسباب حدوثها والتدخل بالقيام بالإسعافات الأولية في حالة حدوثها.

وحسب النتائج المحصل عليها في التحليل وجدنا عدة إصابات مختلفة تصيب التلميذ من "نزيف، تمزقات، كسور....." بسبب عدم صلاحية المنشآت الرياضية وعدم كفاية الخدمة الطبية حيث أن أغلب الثانويات تحتاج على الأقل طبيب وحقبة إسعاف.

من جهة أخرى نقص المعرفة في مجال الإسعافات الأولية لأساتذة التربية البدنية والرياضية الذي قد يصعب من مهمتهم عند حدوث إصابة باستعمال أدنى الوسائل الممكنة وبالتالي فهم يحتاجون إلى دورات تكوينية ودروس خاصة في الإسعاف والطب الرياضي وكيفية إجراء الإسعافات الأولية للمصاب.

لذا نطلب من جميع المسؤولين والمشرفين، أن يسعوا لتحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية وهذا للحفاظ على صحة التلميذ وسلامة من الإصابات الرياضية وأسباب حدوثها بإزاحة كل العراقيل في سبيل نجاحها ولا يأتي ذلك إلى من خلال إعادة هيكلة المنشآت الرياضية بالثانويات وتجهيزها بالعيادات والأطباء و بالوسائل وقائية طبية خاصة بالإسعافات الأولية.

التوصيات:

- بعد الدراسة التي قمنا بها وتحليل الاستبيان الموجه للأساتذة التربوية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي، استخلصنا بعد التوصيات و الاقتراحات التالية:
- الوقاية من الإصابات الرياضية التي تحدث في درس التربية البدنية والرياضية.
 - تكثيف الجهود للتقليل من هذه الإصابات قبل حدوثها.
 - توفير جل من الإمكانيات المادية منها والرياضية للممارسة الفعلية للنشاط البدني وترميم المنشآت الرياضية من ملاعب وميادين وجعلها بما يناسب قواعد الأمن والسلامة مما يسمح بتقليل من الإصابات الرياضية.
 - المعرفة الكاملة والدقيقة لكل إصابة وكيفية التعامل، وكيفية تقاؤها .
 - معرفة أدق لكيفية التعامل وإسعاف الإصابات الرياضية التي تحدث في درس التربية البدنية والرياضية.
 - تكوين الأساتذة تكويناً خاصاً في مجال الإسعافات الأولية .
 - إقامة ندوات وتجمعات لتوعية الأساتذة التربوية البدنية والرياضية بأهمية معرفة الإسعافات الأولية في حصة التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي.

السليلو غرافيا

1-المراجع باللغة العربية:

- أسامة رياض:أطلس الإصابات الرياضية المصورة.دار الفكر العربي القاهرة2001.
- فريق الكمونة:موسوعة الإصابات وكيفية التعامل معها.دار الثقافة والتوزيع عمان2006.
- حسن الشلفوت وآخرون:التنظيم الإداري في التربية البدنية1975
- زينب العالم:التدليك الرياضي وإصابات الملاعب.دار الفكر العربي القاهرة1995.
- عبد الوهاب عمرانى:التربية البدنية والرياضية ومشاكلها في المدرسة الجزائرية 1986.
- عبد الرحمان قبع:الطب الرياضي.دار الفكر العربي قاهرة 1989.
- عبدو علي نصيف:الخطة الحديثة في إخراج درس التربية البدنية.مطبعة المنيا 1979.
- عدنان درويش وآخرون:التربية الرياضية المدرسية.دار الفكر العربي القاهرة1996.
- علي مروش:الإصابات الرياضية.دار الفكر العربي الجزائر 1976.
- د-محمود عوض بسيوتي وفيصل ياسين الشاطي:نظريات وطرق التربية البدنية.ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر 1989.
- محمود حنفي مختار:المدير الفني لكرة القدم.مركز الكتب والنشر القاهرة1998.
- محمود عادل رشدي:موسوعة الطب الرياضي و وسائل العلاج و التأهيل.الأكاديمية الرياضية العراقية الإلكترونية 2006.
- سميحة خليل:إصابات الرياضية ووسائل العلاج والتأهيل.الأكاديمية الرياضية العراقية الإلكترونية2005.
- دروس في تكوين الإسعافات الأولية درجة الأول الهلال الأحمر الجزائري أبريل 2008 وهران.
- درس في TMAPS الأستاذ بندهمة قدور سنة الثالث جامعة العلوم التكنولوجية-معهد التربية البدنية والرياضية-أفريل 2008 وهران.
- ## 2-المراجع باللغة الفرنسية:

-GEORGE MAGNANE.SOSIO DU SPORT.2004

3-مراجع من الأنترنت:

-WWW.GOOGLE.COM

-WWW.SECOURISEME.COM

الملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة آكلي محند اولحاج – البويرة –
معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

استمارة استبيان لمعرفة أهمية الإسعافات الأولية في درس التربية البدنية والرياضية

أساتذتنا الكرام لقد أصبحت التربية البدنية والرياضية مادة مهمة في حياة التلميذ ، وذلك في المرحلة الدراسية في طور الثانوي، ولهذا وجب على الباحثين أن يعطوا اهتماما بالغاً بهذه المادة من اجل خلق قواعد وأنظمة علمية حديثة يستطيع من خلالها الأستاذ ، من التكيف مع مختلف الظروف أو الحالات التي تحيط بدرس التربية البدنية والرياضية فمن هذا المنطلق كان لنا الشرف أن نضع بين أيديكم هذه الاستمارة الإستبائية راجيين منكم الإجابة على جملة من الأسئلة والاستفسارات بكل صراحة ووضوح لأنها تخدم موضوع بحثنا .
وأخيرا لكم منا جزيل الشكر والتقدير

ملاحظة : على أستاذ وضع علامة (X) في الخانة المناسبة لكل إجابة

تحت إشراف الأستاذ :

* بن عبدالرحمان سيدعلي

من إعداد الطالب :

* حمودي عبدالرحيم

محور الأول: ثقافة أستاذ التربية البدنية والرياضية محدودة بالإصابات الرياضية وأسبابها

1- هل صادفت خلال حصة التربية البدنية والرياضية إصابات ؟

نعم لا

2- ما نوع الإصابات الأكثر عرضة للتلاميذ خلال حصة التربية البدنية والرياضية ؟

3- ماهي أسباب حدوث الإصابات في رأيك ؟

تهاون التلاميذ سوء التسخين عدم احترام مراحل الحصة

سوء الأحوال الجوية أرضية الميدان البدلة الرياضية

أسباب أخرى اذكرها

4- ماهي المرحلة التي تحدث فيها الإصابات بكثرة ؟

المرحلة التمهيدية المرحلة الأساسية المرحلة الختامية

وفي أي فصل من فصول الموسم الدراسي تحدث الإصابات بكثرة ؟

الفصل الأول

الفصل الثاني

الفصل الثالث

5- عند حدوث إصابة لتلميذ خلال حصة التربية البدنية والرياضية ماهو دورك ؟

تقوم بالإسعافات اللازمة

تبليغ الإدارة

طلب الإسعاف

المحور الثاني :محتوى التكوين أستاذ التربية البدنية والرياضية حول الإسعافات الأولية غير كافي

6 – هل تلقيت تكويننا خاص بالإسعافات الأولية في مسارك التكويني ؟

نعم لا

إذا كانت الإجابة بنعم مانوع التكوين الذي تلقيته ؟

.....
.....

7- هل معرفة الإسعافات الأولية ضرورية في الحياة المهنية لدى الأساتذة ؟

نعم لا

كيف ذلك ؟

.....
.....

8- هل لك شهادة حول الإسعافات الأولية ؟

نعم لا

9- من هي الجهة المخولة للتكوين في الإسعافات الأولية ؟

.....
.....

10- هل التكوين الذي تلقيته كافي لتفادي تفاقم الإصابة لدى التلاميذ

.....
.....

المحور الثالث : يملك أستاذ التربية البدنية والرياضية الوعي الكافي بمبادئ الإسعافات الأولية وكيفية التعامل معها

11- هل تحتوي مؤسستكم حقيبة الإسعافات الأولية ؟

نعم لا

12- هل هي كافية لتغطية الدور المنوط لها ؟

نعم لا

كيف ذلك ؟

.....
.....

13- في رأيك ماهي الشروط التي يجب أن تتوفر في الأستاذ المسعف ؟

.....
.....

14- هل توجد عيادة خاصة بالمؤسسة ؟

نعم لا

هل هي تفي بالغرض ؟

.....
.....

15- هل من الضروري وجود عيادة خاصة بالمؤسسة ؟

نعم لا



جامعة اقلي محند اولحاج البويرة



معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

قسم النشاط البدني الرياضي التربوي

عنوان الدراسة : أهمية تكوين أستاذ التربية البدنية والرياضية في الإسعافات الأولية لتجنب تفاقم الإصابات لدى تلاميذ الطور الثانوي

إشراف الأستاذ :

- بن عبدالرحمان سيدعلي

إعداد الطالب :

- حمودي عبدالرحيم

قائمة الاماخذ المعتمدين للاستبيان

رقم	اسم ولقب المحكم	الدرجة العلمية	الجامعة	الملاحظة	الإمضاء
01	زرينغيا سليم	دكتوراه	البويرة	مقبول مع بعض التعديلات	
02	خالد يعوش	دكتوراه	البويرة	مقبول مع بعض التعديلات	
03	برسم صوان	أستاذ محاضر	البويرة	مقبول مع بعض التعديلات	

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التربية الوطنية

مديرية التربية لولاية البويرة

مصلحة المستخدمين

مكتب مستخدمي التعليم الطور الثالث من التعليم

الأساسي و مستخدمي التعليم الثانوي العام والتقني

الرقم: 182 / 2019/

مدير التربية

إلى

السادة : مدراء ثانويات سور الغزلان

الموضوع: ف/ي اجراء تـربص ميداني

المرجع: جامعة البويرة معهد علوم وتقنيات النشاطات الرياضية و البدنية

تحت رقم: 2019/051 المؤرخة في: //

يشرفني أن أطلب منكم السماح للطالب(ة): حمودي عبد الرحيم تخصص: تربية وعلم

الحركة بإجراء تـربص بمؤسستكم للموسم الدراسي: 2018/2019 وهذا في إطار التكفل

بالتربصات و البحوث الميدانية التي تنظم على مستوى المؤسسات لفائدة الطلبة.

على أن يخضع المدرب لقانون النظام الداخلي للمؤسسة.

البويرة: 2019/05/09



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

- جامعة البويرة -

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

قسم النشاط البدني الرياضي التربوي

التخصص : التربية و علم الحركة

استمارة مصادقة عينة الدراسة



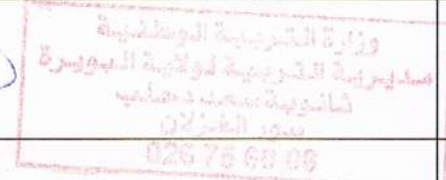

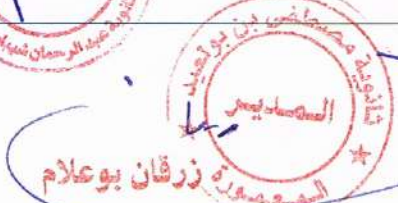
الموضوع : أهمية تكوين أستاذ التربية البدنية و الرياضية في الإسعافات الأولية لتجنب تفاقم الإصابات لدى تلاميذ
الطور الثانوي

إشراف الأستاذ :

- بن عبدالرحمان سيدعلي

إعداد الطالب:

- حمودي عبدالرحيم

الرقم	اسم الثانوية	المصادقة و الأامضاء
01	ثانوية احمد يزيد	
02	ثانوية رحمان جلول	
03		
04	ثانوية عبد الرحمان شيبان	
05	ثانوية مصطفى بن بوعلم	
06		
07		

SUMMARY OF THE STUDY

Physical education and sports are no longer just the exercise of different types of sports activities, it is the subject to psychological, mental and health effects. The professor is able to maintain the safety of students from various types of injuries and avoid the causes of their occurrence and how to intervene first aid when they occur. Physical Education in First Aid To avoid the exacerbation of injury to students in the secondary stage, we used in our study the descriptive way to health approach, which aims to collect information and facts and described it, we used the study questionnaire which includes questions distributed to 17 teacher in a group of high schools in SOUR EL GHOZLANE . The most important of our findings and the results of multiple causes leading to the occurrence of various injuries , And the lack of teachers in the first aid record, and the use of the lowest possible means and methods to protect the student in order to maintain his health and safety various hazards of the injured to achieve this training courses in first aid, and the processing of medical clinics preventive means to ensure greater participation and turnout of students to exercise Finally, we hope that our study will find recommendations and conclusions for the promotion of physical education and the service and progress of sport .